## విశేష 'ప్రజాదరణ' పొందిన మా ప్రచురణలు

*యర్రా సత్యనారాయణ, B.Sc., B.Ed. గారి...*

- లేటెస్ట్ జనరల్ నాలెడ్జ్ 15/-
- క్విజ్ పవర్ 15/-
- కాంజుగేషన్ ఆఫ్ వెర్బ్స్ డిక్షనరి 15/-
- కామన్ ఎర్రర్స్ 12/-
- వంటలు-పిండి వంటలు 15/-
- జోక్స్ వరల్డ్ 10/-
- ఎ డిక్షనరి అన్ ఎడ్జెక్టివ్స్ 15/-
- లెర్నర్స్ డిక్షనరి 12/-
- "స్పీడెక్స్" ఇంగ్లీష్ స్పీకింగ్ కోర్స్ 12/-
- జనప్రియ "ఆంగ్లభాష" 15/-
- ఆర్టికల్స్ (A, An & The) 12/-
- స్వయం ఉపాధి (కుటీర పరిశ్రమలు) 15/-
- 'నవభారత్' G.K. 10/-
- 'ఇన్నోవేటివ్' ఇంగ్లీష్ గ్రామర్ 12/-

*అన్నవరపు కుమార్, M.A., M.Phil, B.L, P.G.D.P.R., Ph.D గారి...*

- S.S.C. (క్లర్క్స్ గ్రేడ్) ప్రీవియస్ & గెస్ పేపర్స్ 12/-
- A.P.P.S.C గ్రూప్ - 1 ప్రీవియస్ & గెస్ పేపర్స్ 12/-
- B.S.R.B. (R.R.B.) ప్రాక్టీస్ పేపర్స్ 25/-
- B.S.R.B. (P.S.Bs) గెస్ పేపర్స్ 18/-

*N. కరుణాకర్, M.A. గారి...*

- ★30 రోజులలో..... ఇంగ్లీష్ నేర్చుకోండి! 12/-
- ★30 రోజులలో..... ఇంగ్లీష్ గ్రామర్ 12/-

*P. నాగేంద్ర ప్రసాద్, B.Sc., B.Ed. గారి...*

- ఇన్ఫర్మేటివ్ ఇంగ్లీష్ గ్రామర్ 12/-
- A.P. హిస్టరీ స్పెషల్ క్విజ్ బిట్స్ 10/-
- క్విజ్ "ఇండియా" 10/-
- పరీక్షలు-ప్రథమ శ్రేణి 10/-
- ★చక్కని ఇంగ్లీష్ వ్రాయడమెలా? 10/-
- ★త్రిభాషా డిక్షనరి (తెలుగు-ఇంగ్లీష్-హింది) 12/-
- ★Learner's G.K. 10/-
- ★గార్డెనింగ్ 10/-

*యర్రు కృష్ణార్జునరావు, B.Com. గారి...*

- లాలీ జోక్స్ 8/-

*వెల్లూరి సీతారామేశ్వరరావు, B.Com గారి....*

- ★నాటి మానవులే- నేటి దేవతలా...! 20/-
- ★పుట్టుమచ్చల శాస్త్రము 10/-
- ★శరీరము - వ్యాధులు 12/-
- ★రాశులను బట్టి.... మీ శృంగార జీవితం 12/-
- ★"తేనె" తో చికిత్సలు 6/-

*శ్రీమతి Ch. శిరీష గారి....*

- ★"చికెన్"తో వంటకాలు 6/-
- ★"ఎగ్"తో వంటకాలు 6/-
- ★"ఫిష్"తో వంటకాలు 8/-

*S. నాగేంద్రనాథ్‌రావు, M.A., B.Ed గారి....*

- మెంటల్ ఎబిలిటి 12/-

*అడుగుల రామయాచారి, P.O.L గారి........*

- ★తెలుగుపద ప్రయోగాలు (దోషములు - నివారణలు) 15/-
- ★ గృహ వైద్యసారము 10/-
- ★ ఆయుర్వేద పానీయాలు 10/-

**★ స్టార్ మార్క్ ఉన్నవి స్టాక్‌లో లేవు. స్టార్ మార్క్ లేనివి మాత్రమే స్టాక్‌లో ఉన్నవి.**

గమనిక : పై వాటిలో మీకు కావలసిన పుస్తకాల ఖరీదును క్రింది అడ్రస్‌కు M.O. చేయండి! పైకము మాకు అందగానే సదరు పుస్తకాలను కేవలము Rs.1-00కి V.P.B.P.లో పంపగలము. ఉత్తర-ప్రత్యుత్తరాలకు రిప్లైకార్డ్ తప్పక వ్రాయాలి. M.O కూపన్‌లో కావలసిన పుస్తకాల పేర్లు, అడ్రస్ స్పష్టముగా వ్రాయాలి ఆంధ్ర ప్రదేశ్‌లోని అన్ని R.T.C. బస్‌స్టేషన్ బుక్ స్టాల్స్‌లోనూ, రైల్వే స్టేషన్స్‌లోని హిగ్గిన్ బాథమ్స్ మరియు ప్రైవేట్ బుక్ స్టాల్స్‌లోనూ మా ప్రచురణలన్నీ లభించును.

**జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి -522 201. Phone No. 23037**

# సెక్స్ రహస్యాలు

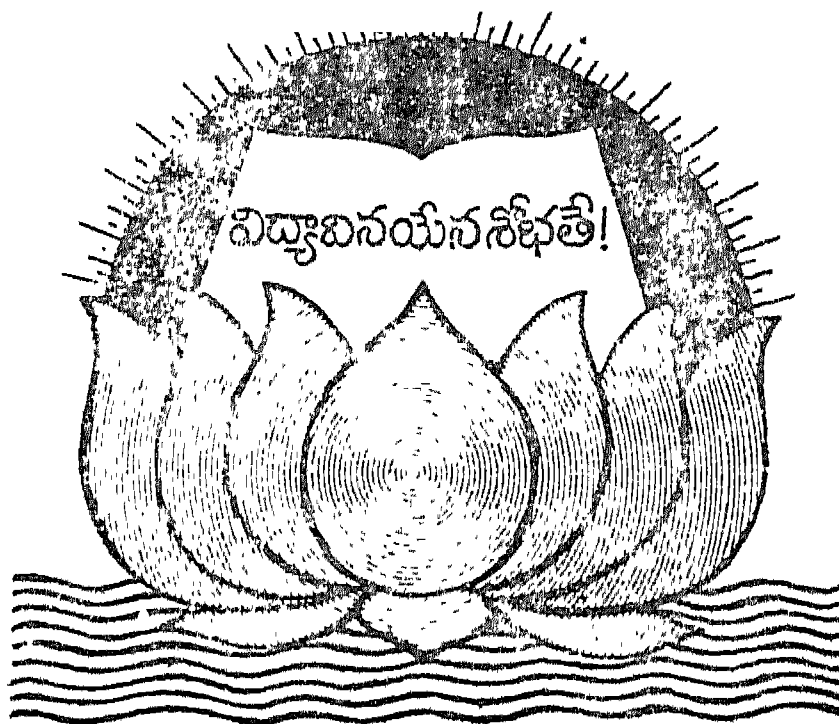

డా॥ K. V. N. D. ప్రసాద్,

D.H.M.S., M.H.S. (London),

వ్యవస్థాపకులు :- హోమియో, ప్రకృతి, యోగపరిషత్

చీఫ్ ఫిజిషియన్ :- చారిటబుల్ డిస్పెన్సరీ;

చెరుకుపల్లి - 522 309.



☎ 08644-23037.

JP PUBLICATIONS

జనహిత పబ్లికేషన్స్

అగ్నికుల క్షత్రియుల వారి వీధి-II.

గంగానమ్మపేట, తెనాలి-522 201.

# SEX & HOMEO

Dr. K. V. N. D. Prasad, D.H.M.S.,


| | |
|---|---|
| ముద్రణ :<br>నవంబర్, 1997. | Edition :<br>**November, 1997.** |
| అన్ని హక్కులు :<br>జనప్రియ పబ్లికేషన్స్,<br>తెనాలి-వారివి. | All rights reserved by :<br>**Janapriya Publications,**<br>Tenali. |
| వెల :<br>రూ॥ 28-00. | Price :<br>Rs. 28-00. |
| ముఖ చిత్రము :<br>ఎల్. రమేష్‌బాబు,<br>విజయవాడ-2. | Cover Design :<br>**L. Ramesh Babu,**<br>Vijayawada-2. |
| ముద్రణ :<br>కీర్తి ప్రింటర్స్,<br>గణపతిరావు వీధి,<br>విజయవాడ-520 003. | Printed at :<br>**Keerthi Printers,**<br>Ganapathirao Street,<br>Vijayawada-520 003. |
| ముఖచిత్ర ముద్రణ :<br>సౌందరమ్ ప్రింటర్స్,<br>మద్రాస్-21. | Cover Printers :<br>**Soundaram Printers,**<br>Madras-21. |

ప్రతులకు : Phone No. : 08644 - 23037 For Copies :

JANAPRIYA PUBLICATIONS,
Agnikula Kshatriyula vari Street-II,
**Ganganammapet, TENALI-522 201.**

# విషయసూచిక


| విషయము : | పేజ్ |
|---|---|
| రచయితగా - నాలుగు మాటలు | 9 |
| **పార్ట్-1** | **11-80** |
| లైంగిక విశ్లేషణలు : పురుషాంగము- కొన్ని అపోహలు | 11 |
| ప్రతి స్త్రీ గుర్తుంచుకోవలసినది | 12 |
| పురుషాంగ నిర్మాణము | 15 |
| స్త్రీ | 17 |
| రసధుని స్త్రీమూర్తి నిర్మాణము- ఒక పరిశీలన; వక్షోజాలు | 18 |
| చనుముచ్చిక- స్తనాగ్రాలు | 19 |
| ప్రేమలో- ఛాతీ యందు మార్పు | 20 |
| యోని; యౌవన వెంట్రుకలు | 21 |
| క్లిటోరిస్ | 22 |
| యోని పెదవులు | 26 |
| మూత్ర ద్వారము | 27 |
| కన్నెపొర | 28 |
| భగరంధ్రము | 31 |
| గర్భాశయము-అండాలు; 'రతి' వలన పిల్లలు ఏ విధముగ జన్మిస్తున్నారు ? | 35 |
| శుక్రము- రేతస్సు; స్త్రీ ఉద్రేకము- గర్భధారణ | 36 |
| అండనాళాలలో, గర్భాశయములో ఏమి జరుగుతుంది? | 37 |
| గర్భధారణకు సరైన సమయము | 37 |
| పురుష బీజ కణాలు ఎంత కాలము జీవిస్తాయి ? | 37 |
| ఒక్కసారి రతి జరిపినా గర్భము వస్తుందా ? | |
| ప్రేమించుకొనుట ఎలా ? | 39 |
| పరాకాష్ఠలో జరిగే దేమిటి ? | 41 |
| పురుష పరాకాష్ఠ (స్ఖలనము) | 42 |
| పురుషుడు రెండవసారి ఉద్రేకము ఎంత త్వరగా పొందగలడు ? | 43 |
| స్త్రీ పరాకాష్ఠ | 45 |
| స్త్రీ-పురుషులకు ఒకేసారి భావప్రాప్తి కలుగుట | 47 |
| స్త్రీతో ప్రవర్తించుట ఎట్లు ? | 48 |
| రతిలో పురుష విధులు : రతి క్రీడలో టెక్నిక్; క్రియా రూప టెక్నిక్స్ | 50 |
| శరీరము మొత్తాన్ని స్పృశించుట; ఉద్రేక ప్రాంతాలను స్పృశించుట | 51 |
| సెక్స్ ఇన్ మౌత్; సెక్స్ ఇన్ బ్రెస్ట్ | 52 |
| సెక్స్ ఇన్ బటక్స్; రతిలో- దంతక్షతములు, మోహపు తట్టులు; సెక్స్ ఇన్ క్లిటోరిస్ | 53 |
| సెక్స్ ఇన్ ఫింగర్స్; | 54 |

| విషయము : | పేజ్ |
|---|---|
| "కన్నిలింగ్ లేక కన్ని లింగ్టన్"; ప్రాక్టీస్.... ప్రాక్టీస్... ప్రాక్టీస్.... | 55 |
| రతిలో-'స్త్రీ' పురుషునితో ప్రవర్తించుట ఎట్లు ? | 56 |
| రతి క్రీడకు-స్త్రీ తయారగుట ; స్త్రీలకు- సెక్స్‌లో మెలకువలు; స్త్రీ- పురుషుని శరీరమును స్పృశించుట | 57 |
| ప్రేమ (రతి) బంధనాలు | 59-69 |
| భంగిమలు తుది గమనిక; లైంగిక సమస్యలు | 70 |
| వజినిస్మస్ | 72 |
| స్త్రీల మానసిక సమస్యలు | 73 |
| ఫ్రిజిడిటీ | 74 |
| రతిలో పురుషుల లైంగిక మానసిక సమస్యలు | 75 |
| నపుంసకత్వము | 76 |
| శీఘ్రస్ఖలనము | 78 |
| పార్ట్-1 ముగింపు | 79 |
| **పార్ట్-2** | **81-131** |
| వివిధ మానసిక-శారీరక-లైంగిక లక్షణాలు హోమియో చికిత్సలు; హోమియో వైద్యప్రశస్తి | 81 |
| హోమియో మందులు-ప్రాథమిక సూచనలు | 82 |
| పథ్య-పానాలు; మోతాదులు | 83 |
| మనస్తత్వాలు; రతి అలక్ష్యము | 84 |

| విషయము : | పేజ్ |
|---|---|
| కామేచ్ఛ-పిచ్చి; నగ్న ప్రదర్శన; కామేచ్ఛ వుండి విఫలమగుట కలలు | 85 |
| స్త్రీలకు ఫిట్స్, గర్భాశయ-నొప్పి; జ్ఞాపక శక్తి తగ్గుట, నీరసము | 86 |
| చంపు కోర్కె; ఋతువులో-రతి వాంఛ; స్త్రీని చంపు కోర్కె | 86 |
| మౌనము; సంధి; నిద్రలేమి; సెక్స్ వాంఛల నణచుట | 87 |
| స్తనాలను చూపుట; స్త్రీలలో ఆపుకోలేని వాంఛ; వాంఛతో నీరసము | 88 |
| భగ్నప్రేమ వలన కలుగు వ్యాధులు | 89 |
| లైంగిక వికారాలు ; స్త్రీ-స్త్రీనే కోరుట; గర్భవతికి-ప్రేమ లేమి; బూతులు; భీతి లేమి | 90 |
| ఋతుమతికి- విచారము, మూర్ఛ; అందటిని ముద్దాడాలనే కోరిక; వ్యభిచారము; విముఖత; వివాహమన్నా, స్త్రీకి పురుష డన్నా స్త్రీకి- స్త్రీపై విముఖత వెన్నెలలో వాంఛ | 91 |
| సంభోగానంతరము బద్ధకము, విసుగు, భయము; స్త్రీని చూడగానే స్ఖలనము | 92 |

| విషయము : | పేజ్ |
|---|---|
| హస్తప్రయోగ మోజు; వాంఛలేమి; స్త్రీలలో వాంఛ లేమి; మదోన్మాదము; మగ వారిలో రతి కోరికలు | 92 |
| పురుషుల సెక్స్ లక్షణాలు | 97 |
| నపుంసకత్వము చికిత్సలు | 98 |
| ప్రోస్టేట్ నుండి స్రావము | 101 |
| ఫిమోసిస్: పారాఫిమోసిస్ | 103 |
| శీఘ్ర స్ఖలనము | 104 |
| మూత్ర నాళములో మంట | 106 |
| సంభోగ అవలక్షణాలు | 106 |
| స్త్రీ జననేంద్రియ వ్యాధులు : లైంగిక ఆరోగ్యము-స్త్రీ: లైంగిక అస్వస్థతలు | 109 |
| రజస్వల ఆలస్యము | 110 |
| ఋతుదోషాలు-చికిత్సలు | 112 |
| ఋతుశూల-చికిత్సలు | 119 |
| కుసుమ-చికిత్సలు | 125 |
| సంతాన లేమి-చికిత్సలు | 129 |
| **పార్ట్-3** | **132-180** |
| లైంగిక వ్యాధులు; ఎయిడ్స్ | 132 |
| అమెరికాలో- A I D S. | 134 |
| ఎయిడ్స్ నివారణ చర్య | 135 |
| " నిరోధానికి- టీకా | 136 |
| " గుర్తించు లక్షణాలు; హోమియో విశ్లేషణలు | 137 |
| మహాభారతం నాటి ఎయిడ్స్ | 138 |
| లూపిస్ | 139 |

| విషయము : | పేజ్ |
|---|---|
| ఎయిడ్స్ చికిత్స : ఎయిడ్స్ కోరల్లో.... | 140 |
| "ఎయిడ్స్" ఒక ప్రకటన | 141 |
| సెక్స్ వ్యాధులు రాగల కారణాలు | 142 |
| గనోరియా లక్షణాలు; గ్లీట్ | |
| " విధులు; చికిత్స | 143 |
| " ఇతర బాధలు | 144 |
| సిఫిలిస్- లక్షణాలు, దశలు | 165 |
| సిఫిలిస్- షాంకరాయిడ్ | 168 |
| సిఫిలిస్‌ను అనుసరించే L G.V., సిఫిలిస్ SEROLOGY సిఫిలిస్ ఇతర వ్యాధులు- వారసత్వ సవాయి; సిఫిలిస్- చికిత్స: సిఫిలిస్ రోగుల- భావాలు; శరీరతత్వము: సిఫిలిస్ ఒక పరిశీలన; సిఫిలిస్- హోమియో చికిత్స: సవాయి- కొన్ని ఇతర మందులు | 162-172 |
| ద్వాదశ లవణౌషధాలు- సవాయి చికిత్స; సిఫిలిస్- వారసత్వ చికిత్స | 173 |
| సుఖ వ్యాధులు రావడానికి గల కారణాలు- డా॥ హానిమాన్ పరిశోధనా విశ్లేషణ; సోరా- శారీరక లక్షణములు, మనో భావములు | 174-178 |
| చివరి మాట | 180 |

# ఆ రో గ్య వే ది క

"ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యము" అన్నారు. గతములో! ఈ రోజు "మహాభాగ్యమే ఆరోగ్యము" అన్నా ఆశ్చర్యపోని పరిస్థితులు ఏర్పడ్డాయి. మధ్య తరగతి కుటుంబీకులు, దీర్ఘ వ్యాధిగ్రస్తులు ఆరోగ్యాన్ని పొందుటకు ఎదుర్కొనే సమస్యలు కోకొల్లలు ఈ రోజు!

ధనవంతులైనా.... ఆరోగ్యము లేనినాడు- జీవన సమరములో విజయాన్ని గాంచలేరు. పేద-ధనిక భేదము లేక అందరికీ అందుబాటులో వుండేది "హోమియో వైద్యము" మాత్రమేనని చెప్పక తప్పదు.

హోమియో వైద్య విధానములో- 24 సం॥ల అనుభవముతోబాటు- యోగ- ప్రకృతి, అయస్కాంత చికిత్సలలో నైపుణ్యముగల వైద్యులు 'డా॥ K V.N D. ప్రసాద్‌గారు!' పీరు ఈ క్రింది వ్యాధులకే గాక.... అనేక దీర్ఘ-తరుణ వ్యాధులకు ఉత్తమ వైద్య సలహాల నందించగలరు.

1] జ్ఞాపకశక్తి తగ్గుట, ఆందోళన, నిద్రలేమి, కలలేగాక.... ప్రేమ భంగమువలన కలిగే- అన్ని మానసిక వ్యాధులకూ....

2] బొల్లి, పులిపిర్లు, మొటిమలు, చర్మవ్యాధులు; కీళ్ళ, నరాల నొప్పులు; కోరింత దగ్గు, పోలియో, పక్షవాతమువంటి అన్ని వ్యాధులకూ...

3] నపుంసకత్వము, నిర్వీర్యత, సంతానలేమి, ఋతుశూల, బ్లీడింగ్, సుఖ వ్యాధులు, వంశపారంపర్యముగా వచ్చు జననేంద్రియ వ్యాధులకూ....

4] మలబద్ధకము, విరేచనాలు, పసికర్లు, పొట్టలో క్రిములువంటి అన్ని జీర్ణాశయ వ్యాధులకూ....

ఈ క్రింది అడ్రస్‌కు Rs. 25/- M. O. ద్వారా పంపి; పూర్తి వివరాలు, వైద్య సలహాలు తగిన వైద్యము- చికిత్స పొందగలరు.

డా॥ K V.N.D. ప్రసాద్, D H.M.S , M.H.S. (London)
(హోమియో, ప్రకృతి యోగ, అయస్కాంత చికిత్సలు)
చెరుకుపల్లి -522 309, ఫోన్ : 1232

ప్రతి శుక్రవారము : 'విజయవాడ' నందు.... సూర్యారావు పేట, వేమూరి వారి వీధి, పతంజలి హాస్పిటల్ దగ్గర 'బ్రాంచ్'లో ఉంటారు.

వెల : Rs. 20-00

డా॥ K.V.N.D. ప్రసాద్, D.H.M.S.

ప్రకృతి వైద్యం

మందులు లేకుండా చికిత్సలు.

జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి-522 201.

వెల : Rs. 25-00

డా॥ K.V.N.D. ప్రసాద్, D.H.M.S. (M.H.S LONDON)

యోగశాస్త్రం

వెల : Rs. 20-00

హోమియో వైద్యం

Dr. కె.వి.యన్.డి ప్రసాద్ D.H.M.S.

(M.H.S. London)

సంతాన హీనులకు

స్త్రీ పురుష జననేంద్రియ వ్యాధులకు

జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి-522 201.

వెల : Rs. 20-00

డా॥ K.V.N.D. ప్రసాద్, D.H.M.S., (M.H.S LONDON)

హెల్త్ & బ్యూటీ

వనమూలికా రహస్యాలు

# రచయితగా.... నాలుగు మాటలు

కుటుంబ సంక్షేమము, తదితర అనుబంధ సంస్థలలో పనిచేస్తున్న శాస్త్రవేత్తలు వారి పరిశోధనలలో నిర్ణయించినట్లు- గజిబిజిగా వున్న ఈ సమాజము ఎంత ధైర్యముగా మాట్లాడుతున్నా.... నిప్పులాంటి నిజము ఒకటి వుంది. అది....నేటి సమాజములో అధికశాతము "లైంగిక అమాయకత్వము" అనే పొగమంచులాంటి ముసుగులో పడి వున్నారని చెప్పక తప్పక పోవడమే !

సెక్స్ విజ్ఞాన గ్రంథ రచయిత లందరికీ అత్యధిక ఆధునిక సమాచారాన్ని తమ విశిష్ట పరిశోధనల ద్వారా అందించిన.... అమోఘ ప్రతిభావంతులైన "మాస్టర్స్ అండ్ జాన్సన్" అను లైంగిక శాస్త్రవేత్తల విస్తృత పరిశోధనలలో "అమెరికాలో 50 శాతము వైవాహిక జీవితాలు విచ్ఛిన్నమగుటకు ముఖ్యకారణము- తీవ్రమైన సెక్స్ సమస్యలే"నని తేలినది. ఆనాడు రవి అస్తమించని సామ్రాజ్యాన్ని స్థాపించిన 'ది గ్రేట్ బ్రిటన్' వారు కూడా ఈనాడు అమెరికా కంటే మెఱుగైన స్థితిలో లేరని చెప్పడానికి సంకోచించవలసిన పనిలేదు. ఈ విషయము ఇటీవల నవీన పరిశోధనలలో స్పష్టమైనది.

ధనవంతులు, విద్యావేత్తలైనవారు కూడా వివాహము- దాని ఒప్పందములు గుఱించి శాస్త్రీయ సమాచారాన్ని అందించుటలేదు. నేటి నవయువతలోనూ, సామాజికముగా అణగద్రొక్కబడిన వారిలోనూ పేరుకొని ఉన్న లైంగిక అమాయకత్వము అఖాతము వంటిదని చెప్పవచ్చు. లైంగిక అజ్ఞానము వలననే వివాహాలు విచ్ఛిన్నమగుట, సుఖవ్యాధులు విపరీతమగుట, గర్భము వెంటనే గర్భము, అక్రమ గర్భస్రావాలు, రేప్‌లు వంటి లైంగిక అనాచారాలు పెచ్చు పెరుగుతున్నాయని చెప్తే.... ఆశ్చర్యపడనక్కఱలేదు.

పై విషయములను దృష్టిలో ఉంచుకొని.... "తప్పుడు సమాచారము బిడియము, అనుమానము" అనే కాఱుచీకటిని విడగొట్టుటకు ఈ గ్రంథము ద్వారా నేను చేసిన ప్రయత్నము ఓ చిఱుదీపము వంటిది మాత్రమే !

వివాహితులకు, అవివాహితులకు లైంగిక శాస్త్ర వాస్తవాలను శుద్ధముగా, సూటిగా తెలియజేయాలనే ఆకాంక్షతో.... నా 26 సం॥ల హోమియో వైద్యానుభవమును జోడించి; లైంగిక విజ్ఞానమును గురించి జీవితాలనే అంకితము చేసిన 'మాస్టర్స్ అండ్ జాన్సన్' వంటి శాస్త్రవేత్తల రచనలలోని విశేషాంశాలను గ్రహించి, ఈ గ్రంథమును రూపొందించుట జరిగినది.

రతిక్రీడలో సౌఖ్యము పొందుటకు- శాస్త్రీయ విజ్ఞానమును అనుసరించి కొన్ని భంగిమల వివరణ, గర్భము రాకుండా కొన్ని నవీన పద్ధతుల కిటుకులు; లైంగికావయవములకు సంభవించు కొన్ని సమస్యలు, వ్యాధులు, వాటి నివారణకు హోమియో ఔషధాలు: గర్భము మరియు గర్భస్రావాల గురించిన అనేకానేక ప్రయోజనకరమైన సమాచారములను పొందుపరచిన ఈగ్రంథము చుక్కానిలా సహకరిస్తుందని విశ్వసిస్తున్నాను.

ఈ గ్రంథము చదివినవారు విషయములను అర్థము చేసికొని ఆచరిస్తే.... దాంపత్య జీవితమును సంతృప్తికరముగానూ, ఆనందదాయకముగానూ అనుభవిస్తూ.... లైంగిక జీవిత మాధుర్యమును పొంది తీరగలరని... వైద్యునిగా మనస్ఫూర్తిగా నమ్ముతున్నాను.

"జనప్రియ పబ్లికేషన్స్,' తెనాలి 522201" వారు వెలువరించిన.... హోమియో వైద్యము-I, హోమియో వైద్యము-II, వైద్యప్రపంచము, మెడికల్ గైడ్, హెల్త్ అండ్ బ్యూటి, యోగశాస్త్రము, ప్రకృతి వైద్యము వంటి నా రచనలను విశేషముగా ఆదరించిన అఖిలాంధ్ర పాఠకమహాశయులకు మరిన్ని వైద్యగ్రంథాలను అందించుటకు సదా కృషి చేస్తూనే ఉంటానని విన్నవిస్తూ.... పాఠక జనాదరణ నిత్యము అండగా ఉంటుందని ఆశిస్తూ..........................................మీ..............................

చెరుకుపల్లి<br>10-10-'95

డా॥ K. V. N. D. ప్రసాద్,<br>D.H M.S., M.H.S. (London)

# సెక్స్ & హోమియో

## పార్ట్ - 1

## లైంగిక విశ్లేషణలు

## పురుషాంగము (Penis) - కొన్ని అపోహలు

**పురుషాంగము పొడవు :**

తెలిసిగాని, తెలియకగాని సామాన్య మానవునికి తన మర్మాంగమును గురించిన విషయము- ప్రపంచములోని మిగతా అన్నింటికంటే అతి ప్రాముఖ్యము కలదిగా ఉన్నది.

యౌవన ప్రారంభ దశలో తన పురుషాంగమును గురించి కొంత విషయమును తెలిసికొని, దానిమీద అతడు ఒక విధమైన అనురాగమును పెంచుకొంటాడు. ఆ తరువాత తనకు పురుషాంగము ఉన్నందున.... చిన్న చిన్న ఆడపిల్లలతో కలసి ఉండుటకు తను ఇష్టపడుటలేదని తెలుసు కుంటాడు. ఈ విషయమును- గర్వకారణముగా కూడా భావిస్తాడు.

ఈ సందర్భములోనే తన పురుషాంగమును గురించి కొంత సంశయము అతడి మనసులో ప్రవేశిస్తుంది. "తన పురుషాంగము ఇతరుల దానికంటే చిన్నదా?" తండ్రి, అన్న, మిత్రులు మొ॥వారు బట్టలు మార్చు కొంటున్నపుడు చూచి.... "ఇతరుల యొక్క పురుషాంగములకంటె తనది చిన్నదిగా ఉన్నదేమిటి ? నా అంగము అంత పెద్దది ఎప్పుడు ఔతుంది ? అసలు ఔతుందా?? లేదా???" ఇది అతని మనస్సును నలిపివేసే విషయము. కొందరికైతే ఈ సందేహము జీవితాంతము వెంటాడుతూనే ఉంటుం దంటే.... ఆశ్చర్యపడ నక్కరలేదు. "నా పురుషాంగము ఇంకొంచెము పొడవుంటే ఎంతో బాగుండేదికదా?" అని మరికొందరు ఆలోచిస్తుంటారు.

పురుషాంగము చుట్టుకొలతలు, పొడవు చూచి.... స్త్రీలు పురుషుని మీద అనురాగము చూపుతారనుకొనుట భ్రమ ! ఈ విషయమును గురించి ఈనాడు అనేక లైంగిక విజ్ఞాన గ్రంథాలూ, పత్రికలూ ఎంతగా ఘోషిస్తున్నా.... సామాన్య మానవుడి ఆలోచనలు ఈ ఆధునిక యుగములో కూడా పై వాటికి భిన్నముగా లేదనుట నిస్సందేహము !! అంతేకాదు.... పురుషాంగ వివరణలున్న ప్రతి గ్రంథాన్నీ పురుషులు ఆతృతగా చదువుతారనేది నిప్పులాంటి నిజము!!! పురుషాంగము పొడవు ఎంతుండాలి ? చుట్టుకొలత ఎంతుండాలి??" అని తెలిసికొనుటకు కనీసము 80 శాతము మంది పెరపెరలాడుతుంటారని ఒక అంచనా !!!!

పై విషయమును గమనించిన కొంతమంది విద్యావంతులైన స్త్రీలు "కొందఱు పురుషులు తమ అంగమును గురించి, దాని కొలతల గురించి ఎందుకింత ఇదౌతారబ్బా" అని నవ్వుకొంటారు. స్త్రీలలో కూడా 90 శాతము తమ 20 సం॥ల వయస్సులో వక్షోజాల కొలతల గురించి, పురుషుల మాదిరిగా సంశయములో పడ్డవారే! ఐతే.... లైంగిక విజ్ఞానము లేనివారు మాత్రమే సుమండీ!

ప్రతి స్త్రీ గుర్తుంచుకోవలసిన ముఖ్య విషయము :

హాస్యానికైనా సరే.... లైంగిక జ్ఞానము లేని పురుషుడితో "నీ పురుషాంగము చిన్నది" అని అననే అనకూడదు. అలాగే.... "నీకు కామక్రీడ చేతకాదు!" అని అనరాదు. ఎందుకంటే.... సున్నితమైన మనస్సుగల కొందఱు పురుషులమీద ఇలాంటి మాటలు చాలా తీవ్రముగా పనిచేస్తాయి. "నేను సెక్స్‌కి పనికిరాను" అని అనుకొని వారు మానసిక నపుంసకులైన ఘటనలూ కోకొల్లలుగా వైద్యచరిత్రలో ఉన్నాయి.

చిత్రము ఏమిటంటే.... పురుషులందఱికీ కచ్చితమైన కొలతలతోనే పురుషాంగా లుంటాయి. ఐతే.... ప్రతివారూ ఇతరులతో పోల్చుకొని "నా పురుషాంగమే ఇతరుల దానికంటే చిన్నదిగా ఉందను" కొంటుంటారు.

ఇలా ఎవరి పురుషాంగము వారికి చిన్నదిగా కనిపించుటకు ముఖ్య కారణము- వారు తమ పురుషాంగాన్ని పైనుండి మాత్రమే చూచు కొనగలుగుట! ఇలా చూచుటవలన అంగము పొడవు తక్కువగా ఉన్న వైపు మాత్రమే కనిపిస్తుంది. ఇక ఇతరుల పురుషాంగాన్ని గురించి గమనించే టపుడు.... దానిని అన్ని కోణాల నుండి చూడవచ్చు. కాబట్టి.... అది పొడవుగా ఉన్నట్టు కనిపిస్తుంది. పోతే.... తన పురుషాంగమును అన్ని కోణాలనుండి చూడలేక పోవుటచేత, సైజ్ తక్కువగా ఉన్న కోణము నుండి మాత్రమే చూడగలుగుట వలన తనది చిన్నదిగా ఉన్నట్లు కని పిస్తుంది అంతే!

తన "పురుషాంగము చిన్నద"ని బాధపడేవారు 80 శాతము మంది ఉంటారని అంచనా! అలాంటివారు నిలువుటద్దము ముందు నగ్నముగా నిలబడి, తమ పురుషాంగమును అన్ని కోణాలనుండి చూచుకొంటే.... దాని అసలు సైజ్ గ్రహించగలుగుతారు. మన పూర్వీకులు పందిరి మంచా లకు పెద్ద నిలువుటద్దాలు అమర్చుట ఎందుకంటారు? ముఖము చూచు కొనుటకు మాత్రమే కాదు.... తమను తాము దిగంబరముగా చూచుకొని, సంతోషపడుటకు కూడ అని నేటి శాస్త్రజ్ఞులు నిర్ధారించారు.

ముఖ్యముగా పురుషుని పురుషాంగము పొడవును గురించిన ఒక నిజమును చెప్పవలసి ఉంది. కొంతమంది శాస్త్రజ్ఞులు స్తంభించని పురుషాం గము సుమారుగా 9-3/4 సెంటిమీటర్లు (3-3/4 అంగుళాలు) ఉంటుందని అభిప్రాయపడ్డారు నిజానికి ఇలాంటి కొలతలు నిరుపయోగ మైనవని ప్రపంచ ప్రఖ్యాత శాస్త్రవేత్తలైన 'మాస్టర్స్ అండ్ జాన్సన్' వంటి అనేకమంది తమ పరిశోధనలద్వారా వెల్లడించారు. ఉదాహరణకు:- చలికాలములోనూ, ఈదులాడు నప్పుడూ, మానసిక ఆందోళనలవంటి కొన్ని కారణాలవలన కూడా పురుషాంగము అసలు సైజ్ కంటే ఒక అంగు ళము కుంచించుకుపోయి ఉంటుంది.

స్తంభించని పురుషాంగము కొంతమందికి చిన్నదిగా, మరికొందరికి పెద్దదిగా ఉండుటలో ఆశ్చర్యములేదు.ఎలాగంటే....ఒకరికి చిన్న పాదము,

ఇంకొకరికి పెద్ద పాదము ఉన్నట్టే! ఐతే.... చిన్న, పెద్ద పాదాల పని తీరు ఒకేలా ఉంటుందని మనందరికీ తెలుసు!

అదే విధముగా అంగముయొక్క పొడవునుబట్టి మగతనము నిర్ణయించబడి ఉండదని గమనించాలి. స్తంభించని పురుషాంగము చిన్నదిగా గాని, పెద్దదిగాగానీ ఉండుటకు కారణము దీనిలోని రక్తనాళాలూ (Vessels), సిరల (veins) వలననే! అంగము ఏ పరిమాణములో ఉన్నా.... పురుషత్వానికీ, హార్మోన్‌లు (Hormones) పుట్టడానికి ఎలాంటి అవరోధము ఉండదు. ఇలానే.... శారీరక పరిమాణాన్నిబట్టి పురుషాంగ పరిమాణము ఉంటుందనుకొనుట కూడ శాస్త్రీయ పరిజ్ఞానము లేనందువలననే! ఆరడుగుల పొడవుండి, విశాలమైన ఛాతీ వున్నవారికి– రెండున్నర అంగుళాల పురుషాంగమే ఉండవచ్చు. నాలుగడుగుల పొడవున్న బక్కపలుచని వ్యక్తికి- ఆరంగుళాల పురుషాంగము వుండవచ్చు. అంతమాత్రాన.... రెండున్నర అంగుళాల పురుషాంగము కలవారు పురుషత్వములో వెనుకబడేదీలేదు. ఆరంగుళాలది కలవారు అధిక పురుషత్వాన్ని కలిగివుండేదీ లేదు. ముఖ్యముగా గమనించవలసినది పురుషాంగము సైజ్‌కూ, దాని పనితనానికీ ఏమాత్రము సంబంధము లేదనీ.... ఉండదనీను!

యూరోపియన్ దేశాలలో- లైంగిక విజ్ఞానము లేని అనేకమందికి తెల్ల వారు నీగ్రోలకు తమకంటె ఎక్కువ లైంగిక సామర్థ్యము ఉన్నదనే దురభిప్రాయముతో ఉన్నారు. ఆ దేశాలలోని మానసిక శాస్త్రవేత్తల సర్వేలో ఈ విషయము తెలిసింది. అంతేగాక.... "నీగ్రోలకు- స్త్రీలు తట్టుకోలేనంత పురుషాంగము ఉంటుంద"నీ, "శక్తివంతముగా లైంగికక్రీడ సాగించగలర"నీ తెల్లవారు కచ్చితముగా నమ్ముతున్నట్లు ఈ సర్వేలో తేలినది వాస్తవానికి ఇదంతా వారి ఊహేకాని.... నిజముకాదు. స్త్రీలకు ప్రత్యేకించి పెద్ద పురుషాంగమంటే ఇష్టముగానీ, చిన్నదంటే అయిష్టము గానీ ఉండదు. అదే విధముగా నల్లవారి పురుషాంగానికీ, తెల్లవారి పురుషాంగానికీ పరాసరి కొలతలలోనూ ఏ తేడా లేవని అనేకమంది శాస్త్రజ్ఞులు రుజువు చేసారు.

పురుషాంగ స్తంభన :

స్తంభించని పురుషాంగము సైజ్‌ను గురించి చర్చించుకొన్నాము గదా! ఇప్పుడు స్తంభించిన పురుషాంగము సైజ్ ఎంత ఉండాలనేది పరిశీలిద్దాము! ఇక్కడ ఒక విశిష్టమైన విశేషాన్ని జాగ్రత్తగా గమనించండి! స్తంభించని పురుషాంగము 3 అంగుళాలున్నా.... 6 అంగుళాలున్నా సరే.... సర్వసామాన్యముగా స్తంభించిన పురుషాంగాలన్నీ ఒకే సైజ్‌లో ఉంటాయి. లైంగిక విజ్ఞానము లేనివారికి ఇది ఆశ్చర్యకరమైన విషయమే కానీ.... ఇది యథార్థము!

చిన్న పురుషాంగముగల వ్యక్తికి లైంగిక ఉద్రేకము కలిగినపుడు నూటికి నూరుశాతము పొడవు పెరుగుతుంది. ఈ విధముగానే ఇంకొక 25% పొడవైన పురుషాంగముగల వ్యక్తికి కామోద్రేకము కలిగినపుడు 75 శాతము మాత్రమే పురుషాంగము పొడవౌతుంది. అధికశాతము మందికి స్తంభించిన పురుషాంగము 5 అంగుళాల నుండి 6 లేక 7 అంగుళాల వరకు పొడవు పెరుగుతుంది. అరుదుగా కొంతమందికి ఇంకా ఎక్కువగా గానీ, తక్కువగాగానీ ఉండవచ్చు. దానివలన కామసామర్థ్యము పెరుగుట గాని తగ్గుటగాని వుండదని గమనించాలి.

తమ పురుషాంగము చిన్నదని విచారపడే పురుషులు ముఖ్యముగా పై విషయము గుర్తుంచుకోవాలి. స్తంభించినపుడు అంగము చిన్నదిగా ఉన్నా.... చింతించవలసిన అవసరము లేదు. పొడవున్నా, లేకున్నా.... కామోద్రేకము కలిగి, అంగ స్తంభన జరిగినపుడు అందటి పురుషాంగాలూ దరిదాపుగా ఒకే పొడవుంటాయనీ, పనితనము కూడా ఒకేలా వుంటుందనీ పదేపదే గుర్తుంచుకోండి!

పురుషాంగ నిర్మాణము :

" స్తంభన లేనపుడు పురుషాంగము చిన్నదిగా, మెత్తగా ఉండి, గోడ గడియారములోని 'లోలకము (Pendulum)'లా" అటు కదిలితే....

ఇటూ, ఇటు కదలితే.... అటూ ఊగుతూ ఉంటుందని చెప్పవచ్చు. విజ్ఞాన శాస్త్ర పరిచయము లేనివారు స్తంభన లేని పురుషాంగమును చూచి "జీవ చ్ఛవములా వున్న ఇదా.... మానవ జాతి సృష్టికి మూలము? అంతా వట్టిదే" అన్నవారు నా అనుభవములో ఎందరో!

పురుషాంగమునకు చివరి భాగములో- మన నోటి ఆకారమును పోలిన చిన్న రంధ్రము ఉంటుంది. ఈ రంధ్రము- మూత్రము బయటకు పోవుటకు పనికి వస్తుంది పురుషునికి భావప్రాప్తి కలిగినపుడు స్ఖలించిన ఇంద్రియము కూడా ఈ రంధ్రమునుండే బయటపడుతుంది! దీని లోపలి భాగము అతి సున్నితముగా ఉంటుంది. ఈ రంధ్రము మీద చేయివేసి, గట్టిగా తాకినా.... అదొక రకమైన పులకరింపు కలుగుతుంది. తెలియక కొంతమంది పిల్లలు ఈ రంధ్రములో- పుల్లలూ, పిన్నులు వంటివి ఎక్కించుకొంటుంటారు. ఇది చాల ప్రమాదకరము!

పురుషాంగము చివరనున్న రంధ్రము చుట్టూ (పురుషాంగము తల) వున్న ప్రాంతములో నాడీ (nerve) అంతములు చాల అధికముగా ఉంటాయి. వీటివలన ఈ ప్రాంతములో అతి చిన్న స్పర్శ కలిగినప్ప టికీ.... అతి ఉల్లాసకరమైన 'హాయి' శరీరాన్నీ, మనసునూ ఊయల లూగిస్తుంది.

పురుషాంగముయొక్క తల 'శంఖు ఆకారము'లో వుంటుందని చెప్పవచ్చు. ఐతే.... కొందటిలో ఈ ఆకృతియందు కొద్ది మార్పులున్నా ఉండవచ్చు. శంఖమును పోలిన పురుషాంగము తల చివరి భాగాన కొద్దిగా ఉబ్బుగా ఉంటుంది. ఈ ఉబ్బు వ్రేలికి ఉంగరములాగ.... పురుషాంగము తల చివరి చుట్టూ ఉంటుందన్నమాట! ఈ ఉబ్బును- వైద్యపరిభాషలో "కరోనా (Corona=వలయాకృతి)" అంటారు. బాల్యదశలో- పురుషాం గము తలమీద ఉన్న చర్మము 'కరోనా'ని అంటిపెట్టుకొని ఉంటుంది. ఈ విధముగా యౌవన ప్రారంభముదాకా ఉంటుంది. అరుదుగా కొంత మందికి శిశ్నాగ్ర చర్మము (Foreskin లేక Preface) కరోనాకి అంటు

కొనికూడ ఉండవచ్చు. దీనిని ఆపరేషన్ ద్వారా తొలగించవలసి ఉంటుంది.
శిశ్నాగ్రచర్మము (Foreskin లేక Preface) : పురుషులందరికీ అన్ని అవయవాలతోపాటు పురుషాంగము- దాని మీది చర్మము జన్మతః ఉంటాయి. శిశ్నాగ్ర చర్మము బాల్యదశలో అతి సున్నితమైన శిశ్నాగ్రమునకు రక్షా కవచములా ఉపయోగపడుతుంది. దీనిని వెనుకకు లాగి ప్రతిరోజూ శిశ్నాగ్రమును కడుగుతూ ఉండుట అత్యవసరము! ఇలా ప్రతిరోజూ ఈ చర్మాన్ని వెనుకకు లాగి 'క్లీన్' చెయ్యకపోతే.... 'పాచి' పేరుకుపోయి తద్వారా వ్యాధిగ్రస్తమై, లైంగిక పటుత్వము తగ్గే ప్రమాదము ఉంది. తల్లిదండ్రులు ఈ అభ్యాసమును బాల్యము నుండే పిల్లలకు నేర్పుట అత్యవసరము !

## సున్తి (CIRCUMCISION) :

నేటి సమాజములో సున్తీని గురించి అనేక అపోహాలు ఉన్నాయని చెప్పవచ్చు. దీనిని గురించి శాస్త్రవేత్తలు కూడా విభిన్న అభిప్రాయములను వెలిబుచ్చారు. ప్రఖ్యాత అమెరికా మానసిక శాస్త్రవేత్తయైన 'డేవిడ్ రూబెన్స్' "ఎవ్విరి థింగ్ యు ఆల్వేస్ వాంట్ టు నో అబౌట్ సెక్స్" అనే తన గ్రంథములో- "సున్తీ వలన లైంగికానందము అధికముగా ఉంటుంద"ని అభిప్రాయపడ్డాడు. ఆయన తరువాత సెక్స్ విషయాలలో సమగ్ర పరిశోధనలు గావించి, ఇప్పటికీ సెక్సాలజిస్ట్‌లకు మార్గదర్శకులైన "మాస్టర్స్ & జాన్సన్" అను శాస్త్రవేత్తలు ఈ అభిప్రాయము తప్పని తమ విస్తృత పరిశోధనల ద్వారా సశాస్త్రీయముగా నిరూపించారు. వీరు 1966లో- సున్తీ చేయించుకున్న, సున్తీ చేయించుకోని పురుషులతో అనేక లైంగిక ప్రయోగాలు చేసి; ఈ నిరూపణ చేసారు. అంతేగాక.... సున్తీ ఎవరికి అవసరమౌతుందో కూడా వారు స్పష్టము చేసారు.

సహజముగా శిశ్నాగ్రచర్మము ముందుకు- వెనుకకు తేలికగా కదలుతుంది ఐతే కొంతమందికి- ఇది వెనుకకు వెళ్ళి, ముందుకు రావాలంటే.... విపరీతమైన బాధ, నొప్పి ఉంటాయి. దీనిని వైద్య పరిభాషలో "పేరా

ఫైమోసిస్ (Paraphimosis)" అంటారు. ఇలాంటివారు సున్తీ చేయించు కొనుట తప్పనిసరి! ఇలాగే.... కొందరికి శిశ్నాగ్రచర్మము వెనుకకు వెళ్ళక బాధగా ఉంటుంది. దీనిని "ఫైమోసిస్ (Phimosis)" అంటారు. దీనికి కూడా సున్తీ అవసరమే! ఇటువంటివారు తప్ప.... మిగతా జనము- "ఏదో జరుగుతుంద"ని సున్తీ చేయించుకొనుట "పులిని చూచి, పిల్లి వాతలు పెట్టుకున్నట్లు" అదొక సామెత ఔతుంది.

## రసధుని స్త్రీమూర్తి నిర్మాణము- ఒక పరిశీలన

రమ్యమైన ఈ ప్రకృతికే మూలమైన స్త్రీ దేహము లలిత మనో హరమైన ఛాయాచిత్రమేగాక.... అతి గొప్ప యాంత్రిక సమ్మేళనము కూడాను. స్త్రీలోని అణువణువూ రసోపేతమే !! అనుభవజ్ఞుడైన వైణికుడు నుతారముగా వీణాతంత్రులను మీటి, మధురమనోహర 'సంగీతఝరి'ని సృష్టించినట్లు.... స్త్రీ మూర్తినికూడా- రసజ్ఞులైన పురుషులు రంజింపచేయ వచ్చును.

ముఖ్యముగా స్త్రీ మనస్సునూ, శారీరక నిర్మాణమునూ- ప్రతి మగవాడూ తెలిసికొని ఉండుట చాల అవసరము! దీనివలన స్త్రీని ఏ రకముగా అలరించాలో, ఆస్వాదించాలో 'కరతామలకము' ఔతుంది. దీనితో వారి వారి దాంపత్యము ప్రేమోద్దీపితమై, అజరామరముగా విరా జిల్లుతుంది.

స్త్రీ దేహములోని అణువణువూ తెలిసినవారికి ఆమె 'తెఱచిన పుస్తకము' కాగలదు. "స్త్రీలోని ఏ భాగము ఏ విధముగా ఉత్ప్రేరణ చెందు తుంది? లైంగిక క్రియ ఏ విధముగా జరుపుటకు వీలౌతుంది?" ఇవి తెలిసికొనుటకు తరువాత చర్చించే కొన్ని అంశాలు ఉపకరిస్తాయి.

**వక్షోజాలు (BREASTS) :**

ఈ ప్రకృతినందు అతిమనోహరమైన సౌందర్యమును సంతరించు కొన్న వాటిలో- పురుషులను అతిగా ఆకర్షించేవి స్త్రీ వక్షోజాలే ! ఈ విష

యములో పురుషులంతా ఏకాభిప్రాయులేనని నా భావన! ఉదాహరణకు :- రంభను, ఊర్వశిని మించిన అందాలరాశి ఎదురైనా.... ముందుగా మన చూపు పడేది ఆమె పాలిండ్ల పైనే!! ఆ తరువాతే ఆమె ముఖసౌందర్యమును వీక్షించుట జరిగేది. 'ఉగ్గుపాలు త్రాగే బుడతడి నుండి, కాటికి కాళ్ళు చాచిన ముదుసలి వఱకు' పురుషులు- స్తనాలంటే ఒకే విధముగా ఆకర్షించబడుట సృష్టివైచిత్రి!

## చనుముచ్చిక (Breast Areola) & స్తనాగ్రాలు (Nipples) :

కుచోద్రేకాలను గురించిన విషయాలను తరువాతి అధ్యాయాలలో చర్చించుకుందాము! సెక్స్ విజ్ఞానాభిలాషులైన వారందఱూ ఈ చర్చించబోయే అన్ని విషయాలను గుర్తుంచుకోవాలి.

స్తనాగ్రము చుట్టూ గోధుమ (లేక నలుపు) రంగులో విస్తరించి ఉన్న భాగాన్నే "ముచ్చిక" అంటారు. స్తనాగ్రము (చన్మొన)ను గురించి పురుషులందఱూ విధిగా తెలిసికోవాలి. ఈ ముచ్చిక యందు అధిక సంఖ్యలో నాడీ అంతము లుంటాయి. చన్మొనల చుట్టూ తఱచుగా వెంట్రుకలు వుంటాయి. నల్లని ఎక్కువ వెంట్రుకలున్నవారు అందము కోసము వాటిని తీసివేయుట మంచిది. దీనికి 'ఎలక్ట్రొలిసిస్' పద్ధతి' ఉత్తమమైనది.

ఈ ముచ్చికలు (చూచుకములు) ఆకారములో, పరిమాణములో రకరకాలుగా ఉంటాయి. బిడ్డల తల్లులకు- నల్లగా, పొడవుగా ఉంటాయి. "కన్యల ముచ్చికలపైనే ఎక్కువమంది పురుషులు మోజుపడతారన్న కారణము వలన సంతానవతులు కలత చెందుతారు. కానీ.... అది పూర్తిగా అసంగతము! శంఖు ఆకారములో పొట్టిగా వున్న ముచ్చిక ఎంత ఉద్రేక భరితమో.... ఆ కారములో పెద్దదికూడా అంతే ఉద్రేకభరితము! అంటే.... ఉద్రేకమునకు, ఆకారమునకు సంబంధము లేదన్న మాట!!"

చూచుకములు క్రిందికి వంగినా, లోనికి ముడుచుకొన్నా.... స్త్రీలు చింతించవలసిన పనిలేదు. చాల మందికి ఇలాగే ఉండవచ్చు. దీనివలన తొమ్మతో బిడ్డకు పాలు త్రాగించుట కష్టమౌతుందే కానీ.... ఇతరత్రా

లైంగిక ఇబ్బందులు ఉండవు. అనర్థాలు అంతకంటే ఉండవు. అవి ముందుకు పొడుచుకు వచ్చినట్లు ఉండాలనుకొంటే.... 'మెటరనరీషెల్ఫ్'ని బ్రాలో ఉంచుకోవాలి. లేకపోతే.... వేళ్ళతో సాధ్యమైనంత సమయము ముందుకు లాక్కోవాలి. భర్త పెదవులతో లాగించుకొంటే మరీ మంచిది. ఒకవేళ చూచుకము మొదట మామూలుగా ఉండి, తరువాత లోపలికి ముడుచుకు పోతుంటే.... తప్పక డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి. రొమ్ము లోపల గట్టిగా 'గడ్డ'లాగ తగిలినట్లుగా ఉన్నా.... జాగు చేయక డాక్టర్ సలహా పొందాలి. 23 సం॥లు దాటిన స్త్రీలు- నెలకొక్కసారి బహిష్టు కాలము దాటిన తరువాత వైద్యునిచే పరీక్ష చేయించుకోవాలి. ఎందు కంటే.... అవి రాబోయే వాటికి ఎఱ్ఱజెండావంటి 'డేంజర్ సిగ్నల్స్' గనుక !

## ప్రేమలో ఛాతీయందు మార్పు :

యువతి లైంగికోద్రేకము చెందినపుడు చూచుకాలు ముందుకు పొడుచుకు వస్తాయి. రొమ్ములు కొద్దిగా పెద్దవి ఔతాయి. వాటిలోని నీలి సిరలు అప్పుడు బాగా కనిపిస్తాయి స్త్రీల కామోద్రేకమునకు ఇది 'మొదటి మార్పు'గా చెప్పవచ్చును.

తరువాత చూచుకము చుట్టూ వున్న 'పింక్' లేక 'బ్రౌన్' రంగు ముచ్చిక కొద్దిగా ఉబ్బుతుంది. రతియొక్క ఔన్నత్యములో రొమ్ము కంత టికీ గులాబిరంగు కండరపు పొర ఏర్పడుతుంది.

రతి ఉద్రేకము ఐపోయిన కొన్ని సెకన్‌లకే రొమ్ముచుట్టూ ఏర్పడ్డ 'పింక్' రంగు కండరపు పొర అదృశ్యమౌతుంది. అంటే.... ముచ్చిక తిరిగి సామాన్య స్థితికి వస్తుందన్నమాట !

స్తనాలలో జరిగే ఈ మార్పులన్నీ ఉత్పత్తి స్థానములో జరిగే మార్పువలెనే ఉంటాయి. లైంగిక ఉద్రేకములో పురుషాంగము ఎలా స్తంభిస్తుందో.... స్త్రీ చూచుకాలు మరియు క్లిటోరిస్ (దీనిని గూర్చి

'యోని'ని గురించి చర్చించుకొన్నప్పుడు పూర్తిగా తెలిసికొందాము) కూడా కామోద్రేక సమయములో అదే విధముగా స్తంభిస్తాయి.

## యోని (VULVA)

(ఈ పదము విని చాలామంది తబ్బిబ్బు ఔతారు.) ఇది స్త్రీ మర్మాంగము యొక్క వెలుపలి భాగము ! అంటే ... బయటప్రక్క మనకు కనిపించేది చాలా మంది 'యోని'కి, 'భగరంధ్రము (vagina)' నకు తేడా తెలియక రెంటినీ ఒకే రకముగా అనుకొంటారు.

## యౌవన వెంట్రుకలు (PUBES)

యౌవన వెంట్రుకలు యోని పైభాగములో వ్యాపించి ఉండి, కొన్ని అంగుళాలవరకు విస్తరించి ఉంటాయి. ఇవి పెళుసుగా బరబర లాడుతూ ఉంగరాలు తిరిగి ఉంటాయి. (స్త్రీలు కొన్ని సారులు ఇవంటే ఇష్టపడతారు. ఇక పురుషులు వీటిని చూడగానే ఉద్రేక వంతులౌతారు.) ఛత్రముగా, ముక్కోణాకారముగా యోని దిగువన కలుస్తూ ఏర్పడి ఉంటాయి

వీటికి కచ్చితమైన ఆకృతి లేదు. కొంతమంది బాలికలలో పిల్లి గడ్డములాగ, మరికొందరికి దట్టముగా ఎక్కువభాగము వ్యాపించి ఉంటాయి. రెండు విధాలూ సరైనవే! ఒకవేళ అవి యోనినుండి పైన బొడ్డువరకూ; క్రింది తొడల మీదికీ వ్యాపించి ఉంటే కొంతవరకు తగ్గించుకోవాలి. అదికూడా అందము కోసమే! బికిని డ్రస్ రాకపూర్వము ఇట్లా చేసికోవలసిన అవసరము లేదు. కొందరు బాలికలు- ముఖ్యముగా ప్రకృతి ఆరాధకులు యౌవన వెంట్రుకలను పూర్తిగా తీసేస్తారు. తీస్తే నష్టము లేదుకానీ.... రేజర్‌తో తీసేటపుడు జాగ్రత్తపడాలి. తిరిగి వెంట్రుకలు పెరిగేటపుడు యోని కొంచెము అసౌకర్యానికి గురి ఔతుంది. ప్రసవ సమయములో వెంట్రుకలను తొలగించుకొన్న తల్లులకు ఈ విషయము తెలుస్తుంది.

వెంట్రుకలను తొలగించటము ఆరోగ్యరీత్యా మంచిదనుటలో నిజము లేదు. బహుశః కొంతమంది పురుషులు యోని పూర్తి భాగాన్ని గమనించుట "ఎక్కువ లైంగికమ"ని తలచి వెంట్రుకలను తొలగించమని చెప్పి ఉండ వచ్చు. లేదా తమ పూర్తి అవయవాలను చూపరులు చూచుటకు వీలుగా జీవనభృతి వెదుక్కొనే స్త్రీలు వెంట్రుకలను పూర్తిగా తొలగించుకోవచ్చు.

స్త్రీల యౌవన వెంట్రుకలు నలుపు, బ్రౌన్, ఎఱుపు రంగులో ఉంటాయి తెల్లని శరీరఛాయగల స్త్రీ వెంట్రుకలు ప్లాటినమ్ రంగులో ఉంటవనేది పొరబాటు!

## కటిఎముక (PUBIC SYMPHYSIS=జఘన సంధాయకము)

కటివెంట్రుకలు మాదిరిగా 'కటి ఎముక' యోని భాగము కాదు. కానీ.... దానిని గూర్చి తెలిసికొనుట మంచిది కటి వెంట్రుకల (యౌవన వెంట్రుకల) మధ్య నొక్కిన.... గట్టి కటిఎముకను గమనించవచ్చు. 'క్లిటోరిస్' దాని చుట్టూ ఉండే కండరాలకు పూర్తి ఒత్తిడి కలిగించుటలో ఈ ఎముకదే ప్రముఖ పాత్ర!

విజయవంతమైన రతికి ఇది చాలా ముఖ్యము! ఎందుకంటే.... కామోద్రిక్తమైన యోనికి సరిపడినంత ఒత్తిడి కలుగజేయాలి. గనుక.... ఒక రకముగా చెప్పాలంటే తిరుగటి కళ్ళు ఒకదానిపై ఒకటి ఒత్తిడి కలి గించునట్లు— మగవారి కటిఎముక ఆడువారి కటిఎముకపై రుద్దుట అనేది సరియైన రతి ఆనందములోనే జరుగుతుంది. ఆ ఒత్తిడివలన 'క్లిటోరిస్' పొందగలిగినంత.... అత్యానందాన్ని పొందగలదు.

## క్లిటోరిస్ (CLITORIS=యోని శీర్షము)

దీనిని 'క్లిట్' అనికూడా అంటారు. స్త్రీ యౌవన వెంట్రుకల ముక్కోణాకారము మధ్యకు కొంచెము దిగువగా, కటిఎముక మీద మెత్తని క్రొవ్వుకణాలతో.... కాస్త ఎత్తుగా కనబడే భాగము ఇది! దీనిని వైద్య పరముగా లాటిన్ భాషలో "మాన్స్‌ప్యూబిస్" లేక "మాన్స్‌వెనెరిస్"

అంటారు. దీని అర్థము "కోరికల కొండ" అని! ఒక డాక్టర్ హాస్యభరిత ముగా దీనిని "ఉద్రేకపఱచు కొండ" అన్నారు.

యోని మెత్తని కండరపు భాగమును సున్నితముగా పురుషుడు తాకినపుడు.... స్త్రీ అత్యధిక ఆనందమును అనుభవిస్తుంది. పురుషుడు తన వ్రేళ్ళను ఒకటి రెండు అంగుళాల దిగువకు జరిపితే 'క్లిటోరిస్' తగులుతుంది. ఇది ఆకృతిలో చిన్నదైనా.... లైంగికముగా స్త్రీకి అతి ముఖ్యభాగము!

స్త్రీని ఉద్రేకపఱచే క్లిటోరిస్, దాని పరిసర ప్రాంతాలలో- పురుషుడు చేయవలసిన క్రియలను గుఱించి పలుమారులు చెప్పనవసరములేదు. (ముందు అధ్యాయములో స్త్రీని సంతృప్తిపఱచుట ఎలానో వివరించబడింది.)

చాలమంది పురుషులు- "స్త్రీకి అత్యధిక ఆనందము భగరంధ్రము నుండే కలుగుతుంది" అన్న అభిప్రాయముతో ఉన్నారు గానీ అది నిజము కాదు.

నిజానికి భగరంధ్రమును ఉత్తేజపఱచేటప్పుడు పురుషాంగముతో గానీ, వ్రేళ్ళతోగానీ, ఇంకా దేనితోనైనా చేసేటపుడు గానీ- క్లిటోరిస్‌కు, దాని చుట్టూ వుండే సున్నితమైన కండరాలకూ ఒత్తిడి, బిగువు కలుగుతుంది. గనుక స్త్రీ ఆనందము పొందుతుంది. కొన్ని సంవత్సరాల క్రితము వఱకు భగరంధ్రమును గుఱించి, క్లిటోరిస్‌ను గుఱించీ చాల పొరపాటుగా మాట్లాడేవారు. కొంతమంది క్వాక్ డాక్టర్స్ దానిపై పరిశోధన చేసి, తమ పురుషాహంకారముతో, "యౌవనవతియైన బాలిక భగరంధ్రములోనికి- పురుషాంగమును చాల లోతుగా, గట్టిగా చొప్పించుట వలననే ఆనందము పొందగలద"నీ, "తృప్తిని- భగరంధ్రము లోతట్టు భాగమునుండి పొందుతుంద"నీ చెప్పారు. అది ఏమాత్రము సరికాదని ఇప్పుడు మనము తెలుసుకోగలిగాము!

క్లిటోరిస్- అతి సున్నితమైన, అత్యంత ముఖ్యమైన భాగము ఎందుకైనదనేది చాల సామాన్యమైన విషయము! మగవారికి పురుషాంగము

ఎంతో.... ఆడవారికి క్లిటోరిస్ అంత ! అంటే.... రెండూ సమానమన్న మాట !! నపుంసకునికి పురుషాంగము చిన్నదిగానైనా ఉండవచ్చునుగానీ క్లిటోరిస్ మాత్రము పెద్దదిగా, పొడవుగా వుంటుంది.

క్లిటోరిస్ కణజాలాన్ని మైక్రోస్కోప్‌లో పరిశీలించగా.... వాటికీ, పురుషాంగపు కణజాలానికీ తేడా లేనేలేదు. కామోద్రేకము కలిగినపుడు పురుషాంగపు కణాలు రక్తముతో నింపబడి, స్తంభించినట్లే.... క్లిటోరిస్ కణాలూ రక్తముతో నింపబడి, స్తంభించడమువలన అది పొడవౌతుంది. ఉబ్బుతుంది. క్లిటారిస్ ఎంత ఉబ్బినా అది చిన్నదిగానే ఉంటుంది.

చాలమంది స్త్రీలు క్లిటోరిస్ చిన్న పురుషాంగమని తెలిసికొన్న తరువాత.... "తమ క్లిటోరిస్ పొడవుగా, పెద్దదిగా కనిపించుట లేద"ని వ్యథ చెందుతారు. నిజానికి క్లిటోరిస్ అధిక భాగము చర్మము క్రింద దాగి ఉండి, దాని చివరి భాగమే బయటకు కనిపిస్తుంటుంది. అది ఒక గుండీ ప్రమాణములో కనిపిస్తుంది. దానినే మనము చూడగలిగేది.

స్త్రీలు ప్రధానముగా గమనించవలసిన విషయము- ఏ స్త్రీ ఐనా వెలికిలిగా పరుండి, ఒక అద్దాన్ని తొడలమధ్య ఉంచుకొని చూచుకొంటే.... క్లిటోరిస్ కొంతవఱకు చిన్న చర్మపు ఉబ్బులో దాయబడినట్లు (పురుష లకు మాదిరిగానే) స్పష్టముగా గమనిస్తారు. మానసికముగా గుర్తుపెట్టు కొన్న ఆ స్థలములో పురుషుడు సున్నితముగా వ్రేళ్ళతోగానీ, పెదవులతో గానీ, నాలుక కొనతోగానీ స్పర్శించి ఉద్రేకపఱచే స్థలముగా తెలిసి కొంటారు.

అసలు క్లిటోరిస్‌ను ప్రత్యేకముగా ఉద్రేకపఱచవలసిన అవసరము లేదు. 1950 నుండి 60 దశకములో ఇది చాల ప్రాచుర్యము పొందిన భావన ! ఎందుకంటారా ? "స్త్రీ యొక్క క్లిటోరిస్‌ను- పురుషాంగపుకొనతో ప్రేమాటలో రుద్దాల"నీ, "సంపర్క క్రియలో కూడా అప్పుడప్పుడు అలా చేస్తుండాల"నీ- కొన్ని పిచ్చి పిచ్చి ప్రయోగాలుచేసి, అపజయము పొందుట జరిగినది పురుషాంగము భగరంధ్రములోకి ప్రవేశించేటప్పుడే దాని చివర

క్లిటోరిస్‌కు తగిలిస్తే ...బాగుంటుంది. గానీ.... ప్రతిసారీ పురుషాంగమును బయటకు లాగి, క్లిటోరిస్‌కు తగిలించి మళ్ళీ లోపలికి పోనిచ్చుట మంచి పద్ధతి కాదు. శాస్త్రజ్ఞుల ఒక ప్రయోగములో ఇది అర్థములేని క్రియగా తేలినది. భగరంధ్రములోనికి అంగము ప్రవేశించేటప్పుడు యోని వెలుపలి పెదవులకు తగులుతుంది గనుక క్లిటోరిస్‌ను చక్కగా ఉద్రేకపడుతుంది. ముఖాముఖి రతి జరిపేటపుడు పురుషుడి కటిఎముక, స్త్రీ కటిఎముకను రుద్దుకొనుటవలన మధ్యనున్న క్లిటోరిస్ - ఈ రెండు ఎముకల మధ్య రాపిడి పొంది, ప్రత్యక్ష ఉద్రేకము చెందుతుంది. వేలు వేలు భంగిమలలో జరిగే రతిలో క్లిటోరిస్‌కు ఒరిపిడి కలుగని సందర్భాలలో పురుషుడు వ్రేళ్ళ కండరాలతో సున్నితముగా క్లిటోరిస్‌కు అప్పుడప్పుడు రాపిడి కలుగ జేస్తే.... స్త్రీ ఆనందము పొందుతుంది.

క్లిటోరిస్‌ను ఉద్రేకపరచే కొన్ని పరికరాలను అమెరికా, ఐరోపాల యందు గత కొన్ని సంవత్సరాలలో విరివిగా విక్రయించుట జరిగినది. వాటిలో ఎక్కువగా పురుషాంగము మొదట తొడుక్కొనే రబ్బర్ ఉంగ రాలు, మరికొన్ని 'ఒర (shrath)' మాదిరివి. వీటి పైభాగాన వెలుపలికి పొడుచుకు వచ్చిన రబ్బర్ రతి జరుపుతున్నపుడు క్లిటోరిస్‌కు రుద్దుకొని స్త్రీకి అమితానందము కలుగుతుంది. ఐతే.... ప్రయోగరీత్యా ఈ ప్రక్రియ విషయములో కొంత సందేహము వుంది. చాలామంది స్త్రీ-పురుషులు వాటిని ధరించుటకు విముఖత చూపించారు. ఇందుకు కారణము ఇటువంటి వాటివలన ప్రణయ కలాపము యాంత్రిక మౌతుందనే భావన! కాగా.... అది బాధాకరముగా, అసహ్యముగా ఉండుట కూడా కొందరు గమనిం చారు. మూఢమైన అభిప్రాయాలుగల స్త్రీలకు అవి ఉపయోగపడవచ్చు నేమో మరి! క్లిటోరిస్‌ను ఉద్రేకపరచే పరికరమును వాడిన జంట యొక్క లైంగిక సమస్యలు తీరినట్లు పరిశీలనలోనికి రాలేదు.

మరొక్క విషయము ! క్లిటోరిస్‌ను ఉద్రేకపరచే పరికరాలు హాని కరము కాదు గనుక.... నూతన ప్రక్రియ కోసము, వైవిధ్యము కోసము,

మార్పుతో అధిక ఆనందము పొందుటకోసము- అప్పుడప్పుడూ ఈ పరికరాలను ఉపయోగించవచ్చు.

క్లిటోరిస్‌ని బ్యాటరీ ప్రకంపనలతో ఉద్రేకపరచవచ్చును. "ఇలా చేయుట తప్పా?" అనేది ముందు అధ్యాయములో చర్చించుట జరిగినది.

బ్యాటరీ ప్రకంపనల వలన కొందరు స్త్రీలు హెచ్చు ఆనందమును పొందినట్లు తెలిసినది. ఐతే.... వ్రేళ్ళతో క్లిటోరిస్‌ని సున్నితముగా, మెత్తగా, నేర్పుగా తాకినపుడు కలిగే ఆనందమునకు _ ఇవి సాటి రావు.

క్లిటోరిస్ పెద్దదిగానైనా, వ్రేలంత చిన్నదిగానైనా వుండవచ్చు. (పురుషాంగము పెద్దది, చిన్నది వున్నట్టు) ఐతే.... అంగ పరిమాణానికీ, రతి సౌఖ్యానికీ సంబంధము లేదు. అతి చిన్నదిగా కనిపించినా.... కుటుంబ జీవితానికీ, లైంగిక ఆనందానికీ కొఱతంటూ ఉండదు.

## యోని పెదవులు (VULVA LABIA) :

అత్యంత కామోద్రేకముగల ఆ ప్రాంతములో అచ్చము నోరు మాదిరిగా ఉండి, మానసికముగా మాట్లాడే యోనికి- రెండు జతల పెదవులున్నాయి. యోని వెలుపలి పెదవులు పెద్దవిగా వుండి, ద్వారాన్ని పూర్తిగా మూసివేసి; క్రిములు, సూక్ష్మజీవులేగాక నీరు సైతము లోనికి పోలేనంత సున్నితమైన బిగింపుతో రక్షణ కలిగిస్తూ వుంటాయి. కామోద్రేక సమయాన రెండు పెదవులూ కొంతవరకు వికసించి, భగరంధ్రానికి దారి చేస్తాయి.

ప్రేమికులు ఒకరి శరీరాన్ని గురించి మరొకరు తెలిసికోవాలి. తనయొక్క స్త్రీ శరీరము ఎలా నిర్మించబడినదో తెలిసికొని ఆరాధించాలి. స్త్రీ కూడ ఇంతకుముందు చెప్పినట్లు అద్దాన్ని ఉపయోగించి పెదవులను విడదీసి చూచుకోవాలి.

యోని వెలుపలి పెదవులు (Labia Majora) రెండూ లావుగా, నల్లగా, దట్టమైన (నల్లని) యౌవన వెంట్రుకలతో నిండి వుండుట గమనిస్తాము. ఒక పెదవి రెండో దానికన్నా కొంచెము పెద్దదిగా వుంటుంది.

ఈ తేడా చూచి కొందరు బాలికలు భయపడతారు కానీ.... ఇది సహజమే! లోపలి పెదవులలో కూడ ఈ తేడా వుంటుంది. వాటిని గూర్చి ముందుగా తెలిసికొందాము.

వెలుపలి పెదవులు చాలా సున్నితమైనవి. ఐతే క్లిటోరిస్ అంత సున్నితమైనవి కావు వీటిని గూడ నెమ్మదిగా తట్టుటను స్త్రీ ఇష్టపడుతుంది. వాటిని కొంచెము విడదీస్తే.... లోపలి పెదవులు (Labia Minora) కనిపిస్తాయి. వాటి చివళ్ళు తరచుగా వెలుపలి పెదవుల మధ్యకు పొడుచుకు వస్తాయి.

లోపలి పెదవులు వెలుపలి వాటికన్నా పలుచగా వుండి క్లిటోరిస్ ప్రాంతములో కలసికొంటాయి. స్త్రీ అంతర్భాగాలన్నింటి వలే ఇవి చిక్కని గులాబి రంగులోగానీ, పగడపు రంగులోగాని వుంటాయి (శరీర ఛాయతో సంబంధము లేకుండ ఏ రంగువారికైనా, ఏ జాతి వారికైనా అంతర్భాగపు రంగు ఒకే రకముగా వుంటుంది). లైంగిక ఉద్రేకములో లోపలి పెదవులు ఉబ్బి పురుషాంగపు మొదటి భాగాన్ని పట్టుకొంటాయి. అపుడు అవి సిందూరము లేక ద్రాక్షసారాయి రంగులోకి మారి, ఉద్రేకము చల్లబడిన కొద్ది క్షణాలలో యథాస్థితికి వస్తాయి.

## మూత్రద్వారము (URETHRAL-ORIFICE) :

క్లిటోరిస్‌కు రెండు లేక అంతకన్నా తక్కువ అంగుళాల దిగువ భాగాన గులాబి రంగులో మూత్రద్వారము నిర్మితమై ఉంటుంది. అక్కడి నుంచి మూత్రాశయానికి నాళము ఉంటుంది.దీనినే 'యురేత్ర (Urethra)' అని అంటారు.

అనుభవములేని కొందరు పురుషులు ఈ ద్వారములోనికి పురుషాంగాన్నిగాని, వ్రేలినిగాని నెట్టుటకు ప్రయత్నిస్తారు. ఇది చాల బాధాకరమైన ప్రక్రియ! ఇందువలన స్త్రీలు బిగదీసుకుపోయి రతి జరుపుటకు అయిష్టతను ప్రకటిస్తారు లేదా అసలు ఒప్పుకోరు.

కావున మూత్రద్వారము జోలికి పోకుండా వుండుట చాల మంచిది. సంపర్క క్రియలో మూత్రద్వారానికి అంగము తగులవచ్చును గానీ.... కావాలని వ్రేలినిగాని, పెన్సిల్‌నుగాని దానిలోనికి చొప్పించకూడదు. చొప్పించుటవలన మూత్రద్వారపు కణజాలము తేలికగా గాయపడుతుంది. అపుడు చాల సులువుగా క్రిములు లోనికి ప్రవేశిస్తాయి. ఈ మార్గము చాలా తక్కువ నిడివి గలది గనుక.... క్రిములు చకచకా ప్రయాణించి అతి బాధాకరమైన "మూత్రకోశపు వాపు"ను కలుగజేస్తాయి.

నిజానికి ప్రేమయాత్రలో మూత్రకోశపు వాపును తప్పించుకొనుట కష్టము! మూత్ర ద్వారములోనికి వేటినీ ప్రవేశపెట్టుటకు ప్రయత్నించకుండా వుంటే.... సూక్ష్మజీవులు చేరే అవకాశము సన్నగిల్లుతుంది. బుద్ధిహీనులే ఇలాంటి పనికి పూనుకొంటారు. ఇలా 'ముష్టిమైథునము'లో అధికముగా జరుగుతుంది. కొందఱు స్త్రీలకు ఇది ఆనందాన్ని కలిగించినా.... ఒక్కొసారి ఆ పెట్టిన వస్తువు ఇఱుక్కుపోయి, బయటకు రాక.... భయంకరమైన పరిస్థితి ఏర్పడవచ్చును.

అమెరికాలోని ఒక 'పేథాలజీ (Pathalogy)' శాలలో ఇటువంటి స్త్రీల 'మూత్ర కోశము (Urinary Bladder)'ల నుంచి ఆపరేషన్ ద్వారా తీయబడిన ఎన్నో వస్తువులతో నింపబడిన 'జాడీలు' బారులు తీరి వున్నాయి. ఈ జాడీలలో- హెయిర్ పిన్‌లు, సూదులు, పెన్సిల్స్, పెన్‌లు వున్నాయి. అతి విచిత్రమైన విషయమేమిటంటే.... ఒక జాడీలో చిన్న చిన్న చేపలు మూడు వుండుటయే!

## కన్నెపొర (HYMEN) :

యోని లోపలి పెదవులను విడదీసి చూస్తే.... మూత్రద్వారము దిగువున పురుషాంగము పట్టేంత పెద్ద రంధ్రమును చూస్తాను! అదే 'భగరంధ్రపు ముఖద్వారము (Vaginal Orifice)'!

ఇది తఱచుగా కొంత భాగము మూసివేయబడి, కొంత తెఱచుకొని వుంటుంది. దీనినే ఉల్లి పొర, కన్నెపొర, కన్నెశిరస్సు అంటారు. బహిష్ఠు

రక్తము బయటకు పోవుటకు వీలుగా ఇది కొంత ఖాళీ కలిగి వుంటుం దన్నమాట! కొందఱు స్త్రీలు రక్తం బయటకు పోక (బహిష్టు అవక) యాతన పడుతుంటారు. ఈ కన్నెపొర అద్భుతగలదమే- ఇందుకు కార ణము! దీనికి సూక్ష్మమైన ఆపరేషన్‌ద్వారా తొలగించి దారి చేయవచ్చు.

కన్నెపొరలు చాల ఆకారాలలో వుంటాయి. ఇది అర్ధచంద్రాకార ముగా భగరంధ్రపు దిగువ భాగాన్ని కప్పి వుంచుతుంది. మొదటి సంభో గములో ఇది తొలగిపోతుంది. (కొందఱిలో అలా జరుగక పోవచ్చు). అప్పుడు అక్కడ పొర వున్నట్టు గులాబిరంగు మచ్చలు కనిపిస్తాయి. ఇవి తొలగించబడినప్పుడు ఎలాంటి నొప్పి వుండదు. కొంతమందికి కొద్దిగా ఉండవచ్చు. కొందరికి మాత్రము కొంచెము రక్తము వస్తుంది. కొందరికి రాదు.

కొందఱు పురుషులు లైంగిక అపజయానికి కన్నెపొర కారణమని నిందిస్తుంటారు. పెండ్లికూతురు- "అది చాలా కఠినముగానో, సున్నితము గానో ఉన్నందువలన నా భర్త అంగాన్ని లోనికి పోనివ్వలేకపోయాడ"ని చెప్పవచ్చు. "నెమ్మదిగా ప్రయత్నించమ"ని భర్తతో చెబుతుంది కూడా! ఇలా సంవత్సరాల తరబడి నెమ్మదిగా జరుపుటతో స్త్రీ-పురుషులు ఒకరిపై ఒకరు ఏహ్యభావాన్ని పెంచుకొంటారు.

తాము కలవరపడి పురుషులను తత్తరపెట్టు స్త్రీలు కొందఱు గర్భ వతులైనా, అవయవ నిర్మాణరీత్యా ఇంకా వారు కన్నెలనే సంగతి ప్రతి మంత్రసానికీ తెలుసు! బ్రిటీష్‌వారు జరిపిన ఒక సర్వేలో "కన్నెలై వుండి తల్లులైనవారూ ఉన్నారా?" అనే దానిలో కన్నెలకే గర్భధారణ జరిగిన దని తెలిసినది. కారణము- వారి కన్నెపొర ఇంకా వారిని అంటిపెట్టుకొని ఉండుటయే!

ప్రయోగ పూర్వకముగా తెలిసినదేమంటే కొందఱు మహిళలకు కన్నెపొర కఠినముగా ఉంటుందని! ఐతే.... ఎక్కువమంది సమస్య ఏమంటే.... భర్తలు సరిగా ఉద్రేకపరచలేనందున- యోని ద్రవించక....

బిగువుగా, కఠినముగా ఉండుట! తప్పు భర్తలది గానీ.... కన్నెపొరది కానే కాదు. ఇలాంటి జంట- నిపుణుడైన డాక్టర్ సలహా పొంది తీరాలి.

ఆపరేషన్‌తో కన్నెపొరను తొలగించుట అమెరికాలో సర్వసాధారణమైనా.... ప్రపంచములో కొన్నిచోట్ల మాత్రమే చెదురుగా జరిగే సంఘటన! ఈ చిక్కును దాటుటకు అమెరికాలో- ముందుగానే పెండ్లి జంట అంతర్భాగాలను పరీక్ష చేయిస్తున్నారు. బ్రిటీష్ డాక్టర్స్ ఆరోగ్యవంతురాలైన స్త్రీకి కన్నెపొర చీల్చేపని లేదంటున్నారు.

పాతకాలము వారు కన్నెపొర గురించి ఏదో చెత్త మాట్లాడేవారు. ఈ బుద్ధి జాడ్యము ఎంతవఱకు పోయిందంటే.... ముదుకాళ్ళ ముసలాళ్ళు కూడా కన్నెపొర ఉన్న స్త్రీతో ఒక్కరాత్రి గడుపుటకు ఎంతో సొమ్ము ఖర్చుపెట్టడానికి ఉరకలు వేసేవాళ్ళు! దీని పేరే "కన్నెరికము", కొందఱు స్త్రీలు తెలివిగా కన్నెపొర ఏర్పఱచుకొని.... 116 వ సారికూడ 'కన్నెపొర చీలని కన్నెలు'గా చెలామణి ఔతూ.... అలాంటివాళ్ళతో గడిపి.... డబ్బు గుంజుకొనేవారు. నేటికీ క్యాథలిక్ సంఘాలలో కన్యత్వమును గూర్చి పెండ్లి కొడుకు ఆలోచిస్తాడు. ఇటాలియన్ స్త్రీలకు శోభనము తరువాత- దుస్తులమీదో, ప్రక్కమీదో రక్తపు మరకను కచ్చితముగా గమనించవలసి ఉన్నది. అందుకని అదృశ్యమైన కన్నెపొర స్థానములో క్రొత్తదానిని అమర్చే పరికరాల పరిశ్రమలు రాణింపుకు వచ్చాయి

ఈ రోజులలో 20 సం॥లు దాటిన వనిత కన్నెపొరను కలిగి ఉండుట కష్టసాధ్యము! ఎందుకంటే.... ఎక్కువ మందిలో పరిపూర్ణత చెందకుండానే కన్నెపొర చీలిపోతున్నది. ముష్టిమైథునము వలన కూడా కన్నెపొర తొలగవచ్చు !! లేక అంతర్భాగాలు శుభ్రపఱచేటప్పుడూ తొలగవచ్చును. గుడ్డను ప్రవేశపెట్టుటకు కన్నెపొరలో కావలసినంత ఖాళీ ఉంటుంది గనుక.... కన్నెపొర చీలకుండానే శుభ్రపఱచుకోవచ్చు.

స్త్రీల పత్రికలు కొన్ని "కన్నెపొర ఈ రోజులలో బాలికలు ఆడే కష్టమైన ఆటలవలన చీలిపోతున్నాయని వ్రాయుట జరుగుచున్నది. దీనిని

పోలికలతో తెలియజేస్తారు కానీ.... ఇది నిజమనిగానీ, అబద్ధము అనిగాని చెప్పుటకు వీలు లేదు.

కన్నెపొరలు పోగొట్టుకున్న స్త్రీలు- అది లేదే అని ఆందోళన పడవలసిన పనిలేదు. భార్య కన్నెగా ఉండాలని ప్రతి భర్తా కోరుకుంటాడు. తొలి అనుభవములో- పురుషులు ఎంత అనుభవము గలవారైనా....ఆమెకు కన్నెపొర ఉందో.... లేదో తెలిసికోలేరు. ఒక డాక్టర్ మామూలు పరీక్ష ద్వారా కూడా ఈ కన్నెపొర ఉనికిని చెప్పలేడు. ప్రత్యేక పరికరాలు యోని రంధ్రము లోనికి చొప్పించి....చూస్తేగాని నిర్ధారణకు వీలుపడదు. ఏ 'గైనకాలజీ వైద్యు'డో భర్త ఐతే....హనీమూన్‌కు-ప్రత్యేక పరికరము టార్చ్‌లైట్ తెచ్చి చూస్తాడేమోనని....ఆ భార్యలు కాస్త ఇదవ్వాలిగాని.... మిగతావారి భర్తల విషయములో స్త్రీల రహస్యము పొక్కదు.

## భగరంధ్రము (VAGINA) :

"భగరంధ్రము- ప్రేమ మార్గమునకు సింహద్వారమ"ని హాస్యముగా అంటుంటారు. పురుషాంగానికి గొప్పగా వసతి కలిగించడమే దీని పని, బాధ్యత! భగరంధ్రము పురుషాంగమును గుండ్రముగా పట్టి ఉంచాలంటే- ఆ స్త్రీ కామోద్రేకియై, కార్యానికి కలిసిరావాలి. తన భగరంధ్రము చిన్నదనుకొనే స్త్రీల గురించీ, వారి బాధలను గురించీ ఇచ్చట చర్చించుకొనుట అవసరము!

ఉద్రేకము చెందని స్త్రీ భగరంధ్రపు లోతు 3 అంగుళాలే ఉంటుంది. ఐతే.... ఈ (ప్రేమ) మార్గపు కండరాలకు సాగే లక్షణము ఎక్కువగా ఉంది. ఇలా సాగకపోతే.... పుట్టబోయే బిడ్డ తల వీటిలో ఇముడదు. చాలమంది స్త్రీలు అనుకొనేలా భగరంధ్రము పెద్దదిగా ఉండదు. కానీ.... ఎందతో పురుషులు ఊహించేదానికంటే ఇది చిన్నదిగా ఉంటుంది. ప్రేమ మార్గము చిన్నది. పురుషాంగము దానిలో ప్రవేశిస్తే.... అది పగిలిపోతుందనీ చాలమంది స్త్రీలకు ఒక తప్పుడు ఉద్దేశము ఉంది. ఇటువంటివారు తమ ప్రేమ ద్వారాన్ని తామే పరిశీలించు

కోవాలని 'లైంగిక శాస్త్రవేత్తల' సంహా! శుభ్రపఱచే చిన్న గుడ్డనుకూడ లోనికి పోనివ్వకొనుటకు హడలిపోయే స్త్రీలు- ముందుగా తమ వ్రేళ్ళను జొనుపుకొన్నపుడు ఆశ్చర్యపడక మానరు. ఒక అందమైన గదిలాంటి మార్గము మెత్తని కండరాల గోడలతో ఇక్కడ ఏర్పడి ఉంటుంది. ఇక్కడ ఒక ద్రవము ముఖద్వారమును తడుపుతూ....ప్రవేశానికీ నిష్క్రమణకూ సులభముగా జాతేటట్లు చేస్తుంది

ఈ ప్రేమద్రవము ప్రేమక్రియను సుఖవంతము చేయుటయేగాక.... గర్భసంచి మెడనుండీ, చుట్టూ వున్న గ్రంథులనుండి స్రవిస్తుంటుందని డాక్టర్స్ నమ్మేవారు. ఇది నిజము కాదని రుజువు చేసిన 'మాస్టర్స్ & జాన్సన్' మహాశయులకు మనము కృతజ్ఞత అందించాలి. ఇది నిజానికి భగరంధ్రపు గోడే ఉత్పత్తి చేస్తుంది. అమెరికా సెక్స్ డాక్టర్స్ కెమేరాను భగరంధ్రములోనికి ప్రవేశపెట్టి పురుషుడు స్త్రీని ఉద్రేకపఱచునట్లు చేయగా....స్త్రీ ఉద్రేకపడటము ప్రారంభించగానే.... భగరంధ్రపు గోడలు ఈ ప్రేమద్రవ బిందువులను ఉత్పత్తి చేయుట గమనించగలిగారు. 30 సెకన్ల కాలములోనే పురుషాంగ ప్రవేశానికి సరిపడినంత తేమని ఉత్పత్తి చేస్తున్నట్లు తెలిసికోబడినది.

ఇక్కడ రెండు విషయాలు గమనించాలి. తేమగా జాఱిపోవుట ఒకటి, భగరంధ్రపు కండరాలు సడలింపబడుట రెండు. అప్పుడే అంగ ప్రవేశము సుఖవంతమౌతుంది.

ప్రేమక్రియ ఆనందదాయకముగా, విజయవంతముగా సాగుటకు- భగరంధ్రపు గోడలూ, కండరాలూ ఎలా సహకరిస్తాయో పరిశీలిద్దాము!

**భగరంధ్రపు కండరాలు :**

సెక్స్ పరిశోధకులు తెలిపిన భగరంధ్ర గొట్టము బలమైన కండరాలతో ఏర్పడి ఉంటుంది. ఎక్కువ కాలము ఈ కండరాలు భగరంధ్రాన్ని మూసి ఉంచుతాయి. సెక్స్ (రతిక్రియ)పై విముఖత చెందే చాలమంది స్త్రీలలో- లైంగిక క్రియ జరుపబోయే సమయములో ఈ కండరాలు చాలా

గట్టిగా బిగపెనుకపోతాయి. ఈ లక్షణాన్ని "వెజైనిస్‌మస్ (Vaginismus)" అంటారు. తక్కువ అనుభవముగల చాలమంది స్త్రీలలో కొద్ది పాటి "వెజైనిస్‌మస్" వుండుట గమనించబడినది. ఇది హెచ్చుగా బాలిక లలో వుంటుంది. పిల్లలు పుట్టనివారిలో కోరిక పుట్టినంత మాత్రానే ఈ ప్రేమద్వారపు కండరాలు సడలించబడవు. కొద్దిగా ముద్దు ముచ్చటలాంటి ప్రక్రియలను సాగించాలి.

సంతోషకరముగా "ప్రేమాట టెక్నిక్స్" ప్రేమ వాతావరణములో చేయగలిగితే భగరంధ్రపు కండరాలు "నో" అనకుండా.... పురుషాంగ ప్రవేశానికి గట్టిగా "యస్" అనడానికి సడలించబడి తెరుచుకుంటాయి. ఈ సడలింపుకి 2 మొదలు 30 నిమిషాల వరకు పట్టవచ్చు. తెలివైన ప్రేమి కుడు దానికి ఎంత సమయము పట్టినా తొందర పడకూడదు. ఆ కండరాలు తెరుచుకొని ఆహ్వానించే వరకూ వేచి వుండాలి. ఈ విధముగా అంగ ప్రవేశము జరిగినపుడు అవి కొంచెము దగ్గరకు వచ్చి పురుషాంగము చుట్టూ బిగుసుకుంటాయి. ఇది స్త్రీ-పురుష లిరువురికీ ఆనందపు టంచులు చూపి స్తుంది. భగరంధ్రపు గోడలు ఉబ్బి ప్రేమాతిశయముతో పురుషాంగాన్ని పట్టుకోడానికి తోడ్పడతాయి.

తల్లి ఐన స్త్రీకి మరీ గట్టిగా పట్టుకొనుట జరుగకపోవచ్చు. ఎక్కువ మంది సంతానము గలవారిలో కండరాల పటుత్వము కొద్దిగా తగ్గినపుడు పట్టుకొనే శక్తి కొంచెము సన్నగిల్లవచ్చు. కాన్పు కష్టమైనవారికీ పెద్ద పరిమాణపు శిశువులు పుట్టినవారికీ ఈ బలహీనత ఏర్పడవచ్చు. ఇవన్నీ రతిక్రీడకు అవరోధాలు కావు.

ఈ ప్రేమ కండరాలు పుష్టిగా ఉండుటకు కొన్ని వ్యాయామాలు (Exercises) చేయుట మంచిది. ఇటీవలి కాలములో కొన్ని వైద్యశాలలలో కాన్పు తరువాత ఈ కండరాలకు సరైన వ్యాయామము కలిగించుటకు తగిన సూత్రాలు నేర్పుతున్నారు. కొన్నిచోట్ల ఇటువంటి ఏర్పాట్లు లేనందున రాను రాను ప్రేమికుల మధ్య అసంతృప్తి, ఆనంద

రాహిత్యము కలుగవచ్చు. కాబట్టి పిల్లలు పుట్టిన స్త్రీలు గృహకృత్యాలు చేసుకొనేటపుడు, ప్రేమించుకొనేటపుడు 20 నిమిషాలు తప్పక ఈ వ్యాయామము చేయుట క్షేమమని డాక్టర్‌గా నా సలహా!

ఈ వ్యాయామము చాలా సులువు! మూత్రాన్ని, మలవిసర్జనమూ కొంతసేపు ఆపినట్లు- చాలా గట్టిగా బిగబడితే చాలు!! ఇలా అనేకసారులు చేస్తే ఆరు నెలలలో కండరాలలో పెద్ద మార్పును చూడవచ్చు. అమెరికా గైనకాలజిస్టులు ప్రేమ కండరాల సంకోచశక్తిని కొలుచుటకు "పెరినియో మీటర్"అను పరికరాన్ని కనిపెట్టారు. వీటి సంకోచము చాలా నిమ్మళముగా జరుగుతుంది గనుక.... ఏ తల్లి ఐనా యోని కండరాలు త్వరగా సంకోచించాలనుకొంటే ఆపరేషన్ ద్వారా రిపేర్ చేయించుకొనుట ఉత్తమము.

పిల్లలు పుట్టనివారు ఈ కండరాలను తగు విధముగా ఉంచుకొనే విషయములో బాధపడే పనిలేదు. ఐతే లైంగిక క్రియలో వాటిని స్త్రీ ... సంకోచింపజేస్తే పురుషుడు అమితానందము పొందుతాడు.

ప్రేమ కండరాల మీద పూర్తి అదుపు వున్న స్త్రీలు- పాలు కుడిచి నట్లుగా, చీకినట్లుగా గట్టిగా పట్టుకొనగలరని కొందరు రచయితలు వ్రాసారు. ఒక డాక్టర్ తన వ్రేలిని పరీక్ష కోసము ఒక డాన్సర్ భగరంధ్ర ములో పెట్టాడట! ఆమె కండరాలను బిగించేసిందట!! వ్రేలు బయటకు రాక పాపము డాక్టర్‌గారు ఆవిణ్ణి "అమ్మా! తల్లీ!" అని బ్రతిమిలాడి నాడు. ఆమె దయతలచి, కండరాలను సడలించాక.... డాక్టర్ వ్రేలిని లాగేసుకున్నాడట ! ఇది వింతగా ఉన్నా.... విషయస్పష్టత చక్కగా ఉన్నది.

చివరగా ఒక్కమాట.... ఫ్రాయిడ్ చెప్పినట్లు మగవారు బోలెడు కథలు తమ ఆధిపత్యము కొఱకు చెప్పుకొంటారు. కానీ కొందఱి భగ రంధ్రాల కండరాలు పురుషాంగాన్ని చెప్పలేనంత గట్టిగా పట్టుకుంటాయ నేది యదార్థము!

ఒకానొక జాతి స్త్రీ- భగరంధ్రములో పండ్లు ఉంటాయని చెప్పు కొనుట కూడ కల్పిత కథే!

గర్భాశయము-అండాలు (Uterus Ovum) :

గర్భాశయాన్ని గురించి క్లుప్తముగా చెప్పుకొంటే చాలు! ఏమంటారా? ప్రేమలో.... వీటిలోని ఒక భాగము మాత్రమే ప్రాముఖ్యత కలిగి ఉంటుంది గనుక!! గర్భాశయము మెడ భగరంధ్రములోనికి చొచ్చుకు వస్తుంది. అది మెత్తగా ముక్కు ముందర భాగమువలే తగులుతుంది. రతిలో 'కేప్' ఉపయోగించే స్త్రీలకు ఇది తెలుసు.

మంచి ప్రేమికుడు సంతాన నిరోధమును గురించి తెలిసికోగలడు. భగరంధ్రములోనికి తన చూపుడు-మధ్య వ్రేళ్ళు పోనిస్తే.... గర్భాశయపు మెడ (Cervix) యొక్క చివర తగులుతుంది. కొంతమంది బాలికలకు "సెర్విక్స్" చివర ఎలాంటి స్పర్శ లేకపోవచ్చుగానీ.... కొందరికి కచ్చితముగా ఉంటుంది. "సెర్విక్స్"ను కదిపినా, తాకినా స్పర్శ తెలుస్తుంది. దీనికి స్త్రీలు గనుక ప్రయత్నిస్తేనే మంచిది.

అనుభవముగల ప్రేమికులే రతి సమయములో అండాలను నెమ్మదిగా కదలించగలరు. బహు కొద్దిమందికే ఈ అవగాహన ఉంటుంది. ఐతే.... ఇదీ ఆమోదయోగ్యము కాదు.

## 'రతి' వలన పిల్లలు ఏ విధముగా జన్మిస్తున్నారు ?

పూర్వం 150 సం॥ల క్రితము వరకు శారీరక ప్రేమ లేకుండానే నవలలు వ్రాసేవారు రచయితలు! 1960 నుండి నవలా రచనలో మార్పు వచ్చింది అంటే శారీరక ప్రేమే ప్రధానమై కూర్చుంది.

ఏ నవలలోనూ హీరో, హీరోయిన్‌లు గర్భము రాకుండ జాగ్రత్తలు తీసికొన్నట్లు వ్రాయరు. 'నిరోధ్' వాడినట్లు వ్రాయరు. అలా వ్రాస్తే నవలలో రొమాన్స్ పోతుందిగదా మరి!

నేటి నవలలు, సినిమాలు లైంగిక క్రియవలన బిడ్డలు పుడతారనే సాధారణ విషయమును పట్టించుకోకుండా... స్వేచ్ఛగా ప్రేమను పొందుటకు యువతరాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నాయి. ఇందువలన అక్రమమైన,

ప్రమాదభరితమైన గర్భధారణలు జరుగుతున్నాయి కనుక.... ఈ అధ్యాయములో లైంగిక మరియు గర్భధారణల సంబంధాన్ని గూర్చి విశద పఱచుట జరిగినది.

## శుక్రము (Sperm) రేతస్సు :

శుక్రము (స్పెర్మ్), మగబీజాణువులు-వృషణాలలో ఉత్పత్తి రాబడి లైంగిక పరాకాష్ఠలో శుక్రద్రవముతో కలసి పురుషాంగము చివరినుంచి బయటకు వస్తాయి.

కానీ.... ఇక్కడొక విషయము హెచ్చరించవలసి ఉన్నది లైంగిక పరాకాష్ఠకు ముందుగానే కొన్ని స్వచ్ఛమైన ద్రవబిందువులను పురుషుడు ఉత్పత్తి చేస్తాడు. వాటిలోకూడా పురుషబీజాణువులు ఉంటాయి కనుక.... పరాకాష్ఠలో పురుషాంగము బయటకు లాగినా.... బిడ్డలు పుట్టుట సంభవిస్తుంది. అందువలన సంతానము వద్దనుకొనేవారు ముందుగానే తొడుగులను అమర్చుకోవాలి.

భగరంధ్రము లోపల పురుషుడు పరాకాష్ఠకు చేరినపుడు 'టిస్యూస్' నిండుగా లేక ఇంచుమించుగా ద్రవాన్ని ఉత్పత్తి చేసి భగరంధ్రములో విడుదల చేస్తాయి. అవి గర్భాశయపు మెడ (సెర్విక్స్) వద్ద మడుగు కడతాయి. తరువాత సెర్విక్స్ ఈ ద్రవములో నెమ్మదిగా మునుగుతుంది. అప్పుడు మగ బీజాణువులు ఈదుకుంటూ గర్భాశయపు అంతర్భాగము లోనికి పోతాయి.

## స్త్రీ ఉద్రేకము-గర్భధారణ (Woman Organ-Pregnancy) :

స్త్రీ పరాకాష్ఠకు చేరుట గర్భధారణ కోసము కాదని ముఖ్యముగా గమనించాలి. నిరుత్సాహము, జడత్వముగల జంటలు వారిని వారే నిందించుకుంటారు. లైంగిక క్రియలో పూర్తి ఉద్రేకము కలుగనందున పిల్లలు పుట్టుట లేదనుకొంటారు. కాని ఎందరో స్త్రీలు మానభంగానికి గురైనేడు గర్భము ధరించుట చరిత్రకే మాయని మచ్చ! స్త్రీల ఉద్రేకానికి, గర్భధారణకూ సంబంధము లేనట్లేగదా!

ఐతే.... స్త్రీ పరాకాష్ఠ చెందుట గర్భధారణకు సహాయపడుతుందా? స్త్రీ ఉద్రేకము చెందినప్పుడు ఆమె గర్భాశయము ఇంద్రియమును పీల్చుకొంటుందని ఇటీవలి వఱకు వైద్యులు నమ్మేవారు! కానీ,.... 'మాస్టర్ & జాన్సన్'లు అలాంటి లక్షణము గర్భాశయములో లేదని స్పష్టీకరించారు.

చాలమంది స్త్రీలలో- లైంగిక ఉత్సాహము కలిగి పరాకాష్ఠ చెందకున్నా.... గర్భధారణకు ఎక్కువ అనుకూలత గమనించబడినది. ఉదాహరణకు బిడ్డలను కన్న స్త్రీ ఇంద్రియాన్ని చాలాసేపు భగరంధ్రములో ఉంచుకొని గర్భధారణకు ఎక్కువ అనుకూలత కలిగి ఉంటుంది.

గట్టిగా చెప్పేదేమంటే.... స్త్రీ పరాకాష్ఠ-గర్భధారణకు ఆటంకము కలిగించే అవకాశము చాల స్వల్పమని! దీనిని స్త్రీలు పట్టించుకోవలసిన పనిలేదు.

స్త్రీ వెల్లకిలిగా పండుకొన్నప్పుడే 'సెర్విక్స్' మునగడానికి వీలుగా ఇంద్రియము మడుగు కడుతుంది. కనుక సామాన్య స్త్రీకి ఈ విధానము గర్భధారణకు అవకాశము కలగిస్తున్నది.

పురుష పరాకాష్ఠలో ఇంద్రియము భగరంధ్రపు అంతర్భాగమంతటా చిమ్మబడుతుంది కనుక.... ఏ విధానములోనైనా గర్భధారణ సంభవమే! "నిలబడి రతి జరిపితే గర్భము రాదా?" అని కొందఱికి అనుమానాలు వస్తుంటాయి. నిలబడి జరిపే రతిలో ఇంద్రియము వేగముగా బయటికి వచ్చే అవకాశము ఉంది. సారవంతమైన జంటలో గర్భధారణ గుఱించి తేడా ఉండదనే చెప్పాలి. అసామాన్యమైన రీతిలో జరిగిన రతివలన అనుచితమైన, అసౌకర్యమైన స్థానములో గర్భధారణ సంభవించినటుల కొన్ని కేస్‌లలో రుజువు కాబడినది.

## అండ నాళాలలోనే- గర్భాశయములో ఏమి జరుగుతుంది?

అండజనక స్థానమునుండి నెలకొక అండము పుట్టి, అండనాళము గుండా నడచి, గర్భాశయము చేరుతుంది. ఒక అండజనక స్థానమునందు

ఒక నెలలో ఒక అండము పుడితే, రెండవదానియందు రెండో నెలలో మరొకటి పుడుతుంది. మూడో నెలలో తిరిగి మొదటి స్థానమునందు మాత్రమే అండము పుడుతుంది. ఇలా మారుతుంటుంది క్రమము!

ఇలా చేరిన అండము "ఫలదీకరణము (Fertilization) చెందక పోతే.... బహిష్టుతో బయటకు వస్తుంది. సరైన సమయములో మగబీజాణువులు అండము చుట్టూ చేరితే.... ఫలదీకరణకు పూర్తి అవకాశము ఉంటుంది. లైంగికక్రియలో పరాకాష్ఠ సమయాన గానీ, అంతకుముందు గానీ విడుదలైన మిలియన్ల మగ బీజాణువులలో ఏ ఒక్కటో అండాన్ని ఫలింపజేసినా.... గర్భధారణ ఖాయమగును. ఫలదీకరణము వలన గర్భాశయపు గోడలకు అండము అంటిపెట్టుకొని బహిష్టు జరుగదు.

## గర్భధారణకు సరైన సమయము ఏది?

బహిష్టుకు సుమారు 14 రోజులు ముందుగా అండము విడుదల ఔతుందని ప్రతి స్త్రీ తెలిసికోవాలి. 27 రోజులకు ఒకసారి బహిష్టు అయ్యే యువతిలో బహిష్టు ఐన 14 రోజుల పిదప గర్భధారణ జరుగుతుంది. 26 రోజులకు బహిష్టు అయ్యేవాళ్ళకైతే.... 12 రోజుల తరువాత గర్భధారణ ఔతుంది. స్త్రీ అండము విడుదల ఉష్ణోగ్రత మీదకూడా ఆధారపడి ఉంటుంది గనుక.... స్త్రీ అండము విడుదలను కచ్చితముగా చెప్పలేము. ఎక్కువమంది యువతులు నెల మధ్య కాలములో గర్భము ధరిస్తున్నారు. బహిష్టుకు కొద్దిరోజుల ముందు కూడా గర్భము ధరించే అవకాశము లేకపోలేదు.

## పురుష బీజకణాలు ఎంతకాలము జీవిస్తాయి ?

స్త్రీ శరీరములోనికి ప్రవేశించిన పురుష'బీజకణాలు (Spermatozoa)' 24 నుండి 48 గంటల వరకు జీవించి ఉండుటకు వీలున్నది. కొన్ని సమయాలలో ఎక్కువకాలము కూడ తిరుగాడవచ్చు. కనుకనే కేథలిక్ చర్చివారి 'రక్షిత సమయ' విధానము కొన్నిసార్లు తప్పు అవుతున్నది.

12వ రోజు అండము విడుదల జరిగే యువతి బహిష్టు ఐన 8వ రోజు లైంగిక క్రియ జరిపినా.... గర్భము వచ్చే వీలున్నది.

## ఒక్కసారి రతి జరిపినా గర్భము వస్తుందా ?

"ఐదు నిమిషాలపాటు జరిగే రతిలోనే గర్భము వస్తుందా?" అన్న భావము చాలమందిలో ఉంది. ఐతే,.... అదృష్టమనండి ... దురదృష్ట మనండి. ఎందఱో స్త్రీలు కొన్ని సెకన్ల.... మొదటి రతిలోనే గర్భము ధరించారు.

గర్భము రాగూడదనుకొని ఏ రక్షిత విధానము (Safe period) అవలంబించక.... రతిలో పాల్గొన్న ప్రతి 25 మందిలో ఒకరు లేక 30 మందిలో ఒకరు గర్భము ధరిస్తారు. గర్భ నిరోధక విధానాలున్నా.... ఈ రోజులలో వాటిని కాదని సమస్యను ఎదుర్కొనుట అనవసరము అవివేకము!

బిడ్డ కావాలనుకొనే వారు తప్ప.... మిగతావారు 'గర్భ నిరోధకాలు (Contraceptive)' వాడుట శ్రేయోదాయకము! గర్భము ధరించకుండా చట్టరీత్యా ఎన్నో విధానాలు అమలులో ఉన్న ఈ 20వ శతాబ్దములో కూడా గర్భస్రావాలు, అక్రమ సంతానము ఉన్నాయంటే.... అర్థము లేదు.

## ప్రేమించుకొనుట ఎలా ?

"ప్రేమించుకొనుట ఎలా?" అంటే.... ఎవ్వరూ చెప్పలేరు. శరీర లైంగిక భావాలను, అంతర్భాగాలను క్రోడీకరించి; ప్రేమైక పరిస్థితులలో ఎలా ప్రేమించుకుంటారో చూద్దాము! కొత్తజంటలు మేము ప్రతిపాదించే ప్రతి విధానము అవలంబించ వద్దని మనవి!

భార్యాభర్తలు సరదాగా అలా సాయంత్రపువేళ షికారు వెళ్ళి, తీపి కబురులతో ఒకరినొకరు ముంచెత్తుకొని; ప్రేమలు నిండిన మనసులతో ఇంటికి చేరారనుకోండి! భర్త—భార్య చెవిలో గుసగుసలు చెప్పాలి.

మరి భార్యకూడ తలతో అతన్ని రుద్దుతూ, చేతులతో తొడ తడుతూ అనుభవించబోయే ఆనందము గురించి చిలిపిగా మాట్లాడుతూ, ఉద్రేకము కలిగిస్తూ.... తానూ ఉద్రేకమును పొందాలి.

అపుడు భర్త ఆమెను పొదివి పట్టుకొని; ఆమె పెదవులను, మెడను, వక్షోజాలను ముద్దులతో ముంచెత్తుతూ,.... ఆమె చేతులు తన శరీరాన్ని నిమురుతుండగా.... ఆమె వలువలను తొలగించి, తన బట్టలు తీసెయ్యాలి. అనుభవము గలవారు వెంటనే రతి జరుపకూడదు. అతను తన వ్రేళ్ళను ఆమె శరీరము మీద సున్నితముగా ఆడిస్తూ.... ఆమె శరీర భాగాలన్నిటినీ ఆయా స్థానాల గుట్టు ఎఱిగి తాకాలి.... ఒత్తాలి.... ముద్దు పెట్టుకోవాలి. సుతారముగా కొఱకాలి. ఆమె కూడా అతని పెదవులను ముద్దాడుతూ మెత్తగా కొఱుకుతూ, అతని అంగాన్ని తడుముతూ తియ్యని గుసగుస లతో అతన్ని కోర్కెల శిఖరాగ్రానికి చేర్చి తొందరపెట్టాలి.

ఈ సమయములో ఆమె ఉద్రేకపడుతుంది. శరీరమే వేడెక్కు తుంది. గుండెవేగము పెరుగుతుంది. కోర్కెతో శరీరము గులాబిరంగు లోకి మారుతుంది. జాగ్రత్తగా తడిమితే.... ఈ లోపుగానే ఆమె 2-3 సార్లు ఉద్రేకము పొందుతుంది.

అప్పుడిక పురుషుడు తమాయించుకోలేడు. ఆమెకూడ అంగప్రవేశము చేయమని తొందర పెడుతుంది. ఐనా పురుషుడు నిబ్బరముతో నిదానముగా అంగాన్ని లోపలికి జొనిపి బయటకు తీస్తుండాలి. గబగబ 'రతి' జరుప కూడదు.

ఇలా 5, 10, 15 నిమిషాలు గడచినా.... ఒక్కోసారి వేగముగా, ఒక్కోసారి నెమ్మదిగా, ఒకరినొకరు మెచ్చుకుంటూ.... నూతనోత్సాహం పొందుతూ, భంగిమలు మార్చుకొంటూ ప్రేమాట సాగిస్తూనే ఉండాలి.

అప్పుడు చివరి అంకాని కొస్తున్నామని గ్రహిస్తారు. ఈలోగా స్త్రీ కొన్ని పరాకాష్ఠలు పొంది చివరి ప్రత్యేక పరాకాష్ఠకు శక్తిని కూడ దీసికొని వుంటుంది. పురుషుడు వేగాన్ని పెంచి, అంగాన్ని లోతుగా చొప్పిస్తూ, చివరి ఘడియలో ఇద్దఱూ పరాకాష్ఠకు చేరేలా చూచుకోవాలి.

అంతటితో ఐనదా ? ఊహూ ! ఇరువురి కాళ్ళూ, చేతులు పెనవేసి కొని, వాంనుభవించిన ఆనందాన్ని, తృప్తినీ తలచుకొంటూ, అలుపు తీర్చుకొంటూ, పడకమీదే ఉంటారు. ఒక్కోసారి నిద్రలోకి జాఋ కొంటారు కూడా ! దీనినే "ప్రేమ తరువాత ప్రకాశం" అంటారు.

ఇలాంటి మధురానుభూతి పొందుతున్నవారికి- దీన్నేకాదు, ఏ లైంగిక విజ్ఞాన పుస్తకాన్నీ చదువవలసిన పనిలేదు.

## పరాకాష్ఠలో జరిగే దేమిటి ?

లైంగిక క్రీడకు పరాకాష్ఠ చెందుట ఒక్కటేగాక- ఇంకా చాలా ఉన్నదని మీకు తెలియజేయుట జరిగినది. నిస్సంశయముగా పరాకాష్ఠ చెందుట గొప్ప సంగతే ! బిగబట్టబడిన ఉద్రేకము విస్ఫోటనగా సడలించ బడకపోతే అసహ్యముగా అనిపిస్తుంది. దీన్ని కొందఋ గమనించక పోవచ్చు. ముఖ్యంగా నడివయస్సు స్త్రీలకు నరాలకు సంబంధించిన అసంతృప్తి చిహ్నాలు పరాకాష్ఠలో కనిపిస్తాయి.

చాలమంది రచయితలు పరాకాష్ఠ అనుభూతిని వ్రాయుటకు ప్రయత్నించారు గాని, ఫలితము లేకపోయింది. అసలా అనుభూతిని పొందని వాళ్ళకి మాటలతో చెబితే లాభముండదు. గ్రుడ్డివారితో ఇంద్ర ధనుస్సురంగుల సంగతి చెప్పినట్లే కాగలదు. ఈ నవీన కాలములో అదృష్టముకొద్దీ కొంతమంది పురుషులలో మాత్రమే (స్త్రీలసంఖ్యకూడా) గణనీయముగా తగ్గింది) ఈ అత్యద్భుత ఆహ్లాదాన్ని పొందనివారున్నారు.

స్త్రీ-పురుషుల్లో అనుభూతి, పరాకాష్ఠ అన్ని సమయాలలో ఒకే విధముగా వుండదు. ప్రతిసారీ ప్రేమలో భూమి కంపింపజేయాలనుకొనుట శాస్త్రీయ వైద్యవిధానము ప్రకారము పొరపాటు ! అలా జరగనే జరగదు.

అలాగే పరాకాష్ఠలో ఎలాంటి అనుభూతి పొందనున్నదీ ముందుగా ఊహకు అందదు. జంటలోని ప్రేమ, నైపుణ్యము, అనుభవము, ప్రేరణలు ప్రత్యేక ఉద్రేక అనుభవము పొందుటకు హెచ్చు అవకాశము కలిగిస్తాయి. కానీ.... ఒక వ్యభిచారిణితో రతిలో అనుభూతిని ఊహించలేము.

**పురుష పరాకాష్ఠ (Male Orgasm) లేక స్ఖలనము :**

"పురుషుడు ఉద్రేకానికి చేరినపుడు ఏమౌతుంది?" 30 సెకన్ల నుండి 30 నిమిషాల లేక అతని నిగ్రహాన్ని బట్టి ఇంకా ఎక్కువసేపు రతి జరుపవచ్చు. పరాకాష్ఠ అంతాన్ని కూడా అతడు పసిగట్టగలడు. కాస్త నెమ్మదించి ఇంకొక పరాకాష్ఠకు తన భాగస్వామినితో సిద్ధపడతాడు. పరాకాష్ఠ అంతములో ఇంద్రియద్రవము గొట్టము అడుగునుంచి తన్నుకు వచ్చి, అంగము చివరనుంచి 12 అంగుళాల దూరమువఅకు చిమ్మబడుతుంది. దీనివలన మాటలకు అందని ఆనందము పురుషుడు పొందుతాడు. స్ఖలనము వలన అంగపు గొట్టపు కండరాలలో సడలింపూ, తద్వారా ఇంద్రియము ఆరుసార్లు ఒక్కొక్క బొట్టుగా ద్రవబిందువులను ముత్యాల్లా విసరుతుంది.

ఒక స్ఖలనములో.... సాధారణముగా 2 నుండి 6 మిల్లీలీటర్ల (ఒక టీస్పూన్) ఇంద్రియము ఉండవచ్చు. చాలామంది పురుషులు ఇంకా ఎక్కువ ఇంద్రియము ఉత్పత్తి చేస్తామంటారుగానీ.... అవి వట్టి కోతలే !

ఒక రోజులో పదే పదే పొందు జరిపితే.... ఇంద్రియపు ఘనపరిమాణము తగ్గవచ్చు. ఒక్కోసారి ఆ రోజు వట్టిపోవచ్చుకూడా ! పిల్లలు పుట్టాలనుకొనేవారు రోజులో పదే పదే రతిక్రీడ సాగించకుండా 2-3 రోజుల కొకసారి చేస్తే ఇంద్రియ ఘనపరిమాణము పెరిగి, సంతాన అనుకూలత పెరుగుతుంది. అండోత్పత్తి సమయములో ప్రయత్నిస్తే ఫలితము మరింత కలుగుతుంది.

ఒక బొట్టు ఇంద్రియములో 50 నుండి 100 మిలియన్ల మగ బీజాణువులు ఉంటాయి ఒక పరాకాష్ఠలో అతడు 500 మిలియన్ల మందికి తండ్రి కాగలడు (ప్రపంచ జనాభాలో 6 వ వంతుకు సమానము), చిత్రమేమంటే.... ప్రకృతి అలా కాకుండా చూస్తున్నది.

పురుషుడు రెండవసారి ఉద్రేకము ఎంత త్వరగా పొంద గలడు ?

ప్రతి ఇద్దరు పురుషుల మధ్య తేడా ఉంటుంది. గనుక.... జవాబు కష్టము ! ఉద్రేకశక్తి విషయములో చాలామంది నిస్పృహ చెందుతున్నారు. 25 సం॥ల వారు ఒక్క రాత్రికి 5 సారులకు బదులు 4 సారులే రతి జరుపగలుగుతున్నామని వ్యధ చెందుతున్నారు. స్వర్గీయ "ఫ్రాంక్ హారిస్" అను రచయిత "నాకు టీనేజ్‌లో కంట్రోల్ చేసికోలేని మిషన్‌గన్ లాగ లైంగిక ఉద్రేకము ఉండేది. తరువాతి సంవత్సరాలలో సింగిల్‌షాట్ గన్ లాగా మారిపోయింది" అని చాలా చక్కగా యౌవనమును గురించి చెప్పారు. "హారిస్" వాదము కొంత విపరీత మనిపించినా అదే నిజమని తెలియుచున్నది. "పురుషుడి లైంగిక ప్రవర్తన" అనే రిపోర్ట్‌లో డా॥ ఆల్ ఫ్రెడ్‌కిన్ సేరు 1948 లో "15 సం॥ల వారిలో 20 శాతము మంది, 25 సం॥ల వారిలో 10 శాతంమందీ, 40 సం॥ల వారిలో 5 శాతంమందీ మరల మరల ఉద్రిక్తులౌతున్నారు" అని నిరూపించారు. పూర్ణ పురుషుడు ఉద్రేకమును పరాకాష్ఠనందు అదుపులో ఉంచుకొని ఆనందిస్తాడు కాబట్టి 40 సం॥ల పురుషుడు 17 సం॥ల వానికన్న మంచి ప్రియుడు కాగలడు. ఇతడు ఒక రాత్రి ఒకేసారి ఉద్రేకము పొందినా 17 సం॥ల యువకుడు 5 సారులు ఉద్రేకము చెందినా.... ఇరువురి ఆనందఫలితము సమానమే ఔతుంది. భార్య సంపూర్ణముగా సహకరించినపుడు.... 40 సం॥ల పురుషుడు- 17 సం॥ల యువకునికి ఏమాత్రము తీసిపోకుండా రతిక్రీడ సాగించగలడు.

కొంతమంది పురుషులు ఒకసారి రతిక్రీడలో పాల్గొని భావప్రాప్తిని పొందిన తరువాత.... ఎంతగా ప్రయత్నించినా.... తిరిగి రతికేళికి సిద్ధము కాకపోయే పరిస్థితులు కొన్ని కొన్ని సారులు ఉండవచ్చును. ఐతే.... కొంత సమయము గడచిన తరువాత తిరిగి రతిక్రీడ సాగించుటకు తగిన

ఉద్రిక్తతను పొందగలుగుతారు. ఇట్టివారు– భార్య కోరి కోరి భర్త పురుషాంగమునకు స్పర్శలు కలిగిస్తే... 30 ని॥ల లోపే.... వీరు రతికి సిద్ధము కాగలరని పరిశోధనలలో వెల్లడి ఐనది. ఐతే కొంతమంది పురుషుల జననాంగాలు రతిక్రీడ అనంతరము అతి సున్నితముగా మారి పోతాయి. ఈ పరిస్థితులలో ఏ చిన్న స్పర్శనుకూడ వీరి జననాంగము భరించలేదు. కాబట్టి.... ఇట్టి పురుషుల విషయములో రతికి-రతికి మధ్య తగినంత సమయము తప్పక ఇవ్వాలి.

"ఎక్కువసార్లు ఉద్రేకము చెందుట హానికరమ"ని అంటుంటారు- తెలియని కొందరు! దీనివలన రక్తమూ చెడదు, వెన్నెముక బలమూ తగ్గదు ఐతే.... కొంతమందికి రెండవరోజు కాస్త అలసట అనిపిస్తుంది. పురుషాంగము కొంచెము నొప్పిగా, వాపుగా ఉండవచ్చు. మరికొంత మందికి ఇవి 24 గంటలలో వాటంతట అవే సర్దుకొంటాయి.

వారానికి 4-5 సారులే ఉద్రేకము పొందేవారు బుఱ్ఱ చెడగొట్టుకొనే పనిలేదు. ఒక్కొక్కరి ప్రకృతినిబట్టి ఇది జరుగుతుంది. ఆల్ఫ్రెడ్ కిన్సే ఆరుగురు పురుషులను ప్రయోగముద్వారా పరిశీలించాడట! శ్రమజీవి, డాక్టర్, శాస్త్రవేత్త, ఉపాధ్యాయుడు వీరు వారానికి 10 సారులు చొప్పున 30 సం॥ల వయసులో రతిక్రీడ సాగించినట్లు గ్రహించాడు. ఒక లాయర్ ఐతే వారానికి సరాసరి 33-1 సారులు రతి జరపగలిగాడట! ఐతే అతని ఆరోగ్యము ఎంచక్కా వుండట! వృత్తిలో మరింత ప్రోత్సాహము కూడ కలిగిందట!

'కింగ్‌సే' పరిశోధనల ప్రకారము ఒక సాధారణ పురుషుడు- వారానికి 2-1/2 సారులే రతిక్రీడ సాగించగలడు. యువకులు ఎక్కువ సారులు ఉద్రేకపడుట సహజము, ప్రకృతి సిద్ధము కూడా! 8 శాతము పురుషులలో వారానికి ఒకసారి; 15 శాతము మందిలో 15 రోజుల కొక సారి రతికేళిని పొందుతున్నారు.

### స్త్రీ పరాకాష్ఠ (Woman Orgasm) :

స్త్రీ ఉద్రేకము పొందినపుడు అదుపు చేసికోలేని ఎన్నో మార్పులు ఆమె కందరాలలో వస్తాయి. భగరంధ్ర ప్రవేశద్వారము చుట్టూ వున్న కణజాలము ఉబ్బి, పురుషాంగమును ఉంగరములా పట్టి వుంచి, సంకోచించి, అత్యానంద తరంగాలను మరల మరల కలిగిస్తూ పురుషుని కూడా పరాకాష్ఠకు తీసుకు వెళుతుంది. గర్భాశయములోనూ అటువంటి సంకోచాలు సంభవిస్తాయిగానీ.... స్త్రీ వాటిని గుర్తిస్తుందా? అనేది అనుమానము !

ఈ ఉద్రేకాలు గర్భధారణకు పనికిరావు గనుక.... అదిమిపెట్టుట నిరుపయోగము !

పురుషుల మాదిరిగా స్త్రీలు పరాకాష్ఠలో ద్రవములను విడుదల చేస్తారనేది అభూతకల్పన!

"లైంగిక జీవితము బాధాకరము, భయంకరమ"ని స్త్రీని బాల్యములో బెదరగొట్టని పక్షములో.... ఆమె కూడ కచ్చితముగా పరాకాష్ఠను రుచి మాస్తుంది. వ్యభిచారులకూ, మౌలిక స్వభావము కలవారికే పరాకాష్ఠ యని 70-80 సం॥ల క్రితము ఏ కొందరో విని యున్నారు. 1950 దశకములో వైద్య విద్యార్థులు స్త్రీలలో 25 శాతము ప్రేరణ లేనివారని చెప్పారు. ప్రస్తుతము 5 నుండి 10 శాతము మంది స్త్రీలు మాత్రమే ప్రేరణ లోపించి వున్నారనేది సంతోషించదగిన విషయము. యుక్త వయస్కులైనప్పటికీ స్త్రీలు కొన్ని సాంఘిక కట్టుబాట్ల వలన పురుషుల లాగా ఉద్రేకమును, పరాకాష్ఠను పొందలేక పోతున్నారు.

1953 లో వెలువడిన "సెక్సువల్ బిహేవియర్ ఇన్ హ్యూమన్ ఫిమేల్" గ్రంథము ప్రకారము, కింగ్సే గణాంకము ప్రకారము- స్త్రీలలో 50 శాతముమంది 20 సం॥ల వయస్సులో పరాకాష్ఠ చెందగలుగుతున్నారు. పెండ్లి ఐనవారిలో 16 నుండి 20 సం॥ల వయస్సున్నవారు పరాకాష్ఠ పొందలేకపోతున్నారు. నెలల పాటు రతిక్రీడలో, ముష్టి మైథునంలో

పాల్గొన్నా.... మొదటి పరాకాష్ఠకే చాల కాలము పడుతున్నది. 'రతిక్రీడలో పాల్గొన్న ప్రతిసారీ స్త్రీ పరాకాష్ఠ పొందవలెనా ?" అంటే ఉద్దేశరీత్యా ఔననాలి. అసలు రతిలో ఎవరూ నిస్పృహ చెందకూడదు. చాలమంది స్త్రీలు జతగాడి సవరింపు, వెచ్చదనము, అతడి ఉద్రేకానందాలకే సంతో షిస్తారు గానీ వారి సంగతి అసలు పట్టించుకోరు.

ఎక్కువమంది "ప్రతి రతిలోనూ విజృంభించాల"ని తహతహ లాడుతారు. ఎప్పుడైనా రతి మోతాదు తగ్గితే .. ఫెయిల్ ఐనట్లు భావి స్తారు. స్త్రీ పురుషులు మంచి ప్రేమికులు కావాలిగానీ ...పడకమీది పనిలో హెచ్చు ఉద్రేకము, ప్రేరణలతో ఉండుట ఒక్కటే.... "సెక్స్" అని భావించుట తప్పు!

ప్రతి పొందులోను విఫలమైతే.... లైంగిక సమస్యలను గురించి తెలిసికోవాలి. స్త్రీ తన పురుషుని విషయములో సంతృప్తి కలిగి ఉండుటే పదివేలు! ఏ వెంకమాంబో...."నాకు ఒక్క రాత్రికి 14 సారులు ఉద్రేకము కలుగుతున్నద"ని చెబితే నమ్మవలసిన పనిలేదు మిమ్ము ఉడికించుటకు కొంతమంది చెప్పే బడాయిలు అవి! ఐతే ... ఒక్క రతిక్రీడలోనే పురుషుడి కంటే స్త్రీ ఎక్కువ పరాకాష్ఠలు పొందుతుంది.

1950 దశకములో ప్రచురించబడ్డ ఓ చిన్న లైంగిక పుస్తకములో "వేడి రక్తము కలిగిన 'మెడిటెరేనియన్' స్త్రీలలో బ్రిటిష్ అమెరికాలాంటి చల్లని ప్రాంతాల స్త్రీల కంటే....పరాకాష్ఠ ఎక్కువసారులు జరుగుతుంది అని వ్రాయబడినది. ఇదీ బూటకమే !

1953 లో డా॥ కింగ్‌సే ఈ భ్రమలను చీల్చి చెండాడాడు. 14 శాతముమంది స్త్రీలలో- పరాకాష్ఠ 2 లేక 3 సారులు జరుగుతుందని రుజువు చేసాడు. 4 సారులు చాల అరుదన్నాడు.

40-45 సం॥ల మధ్యవయస్కులైన స్త్రీలు లైంగికముగా అతి పరాకాష్ఠ చెందు వారిలో 2 శాతముమంది 4 సారులుకన్నా ఎక్కువ దఫాలు పరాకాష్ఠ చెందగలుగుచున్నారు.

నేటి సమాజమునందు ఒక్క రాత్రిలోనే.... 6 నుండి 10 సారుల వఱకు స్త్రీలు పరాకాష్ఠ చెందుతున్నారు. సున్నితమైన బాలికలు కొంత మంది 20 సారులు పరాకాష్ఠ చెందుతున్నారు. ఐతే.... కొంతమంది రెండో రోజుకు సెక్స్ విషయములో నిరాసక్తతగా ఉంటున్నారు.

## స్త్రీ-పురుషులకు ఒకేసారి భావప్రాప్తి కలుగుట :

"స్త్రీ పురుషు లిరువురూ ఒకేసారి భావప్రాప్తి పొందుట అత్యుత్తమము" అని పూర్వ శాస్త్రజ్ఞులు చెప్పారు ఇది అక్షరసత్యము! తప్పక అనుసరించవలసిన ధర్మము!! ఆ రోజులలోని చదువరులైన జంటలు ఈ విధముగా పొందుటకు ప్రయత్నించారు. ఐతే.... ఆచరణలో ఇది అంత తేలిక కాదని తెలిసికొన్నారు. కానీ నిపుణత, అవగాహన ఉన్న జంటలు-ఒకే సమయములో 'భావప్రాప్తి'ని కలసిన ప్రతిసారీ పొంది.... ఆ మధురతను అనుభవములోనికి తెచ్చుకున్నారు. 'సెక్స్' అవగాహన లేనివారు మాత్రము ఒకరి సంగతి మరొకరు గమనించక.... ఆశాభంగము చెందారు. 'శోభనము' వంటి క్రొత్తదంపతుల పొందు విషయములో 'జంట ఒకేసారి భావప్రాప్తిని పొందుట' గురించి ఆలోచించవలసిన పనిలేదు. కారణము ఇరువురికీ రతి పరిచయముగానీ, ముఖపరిచయముగానీ ఉండకపోవచ్చును కాబట్టి! కానీ.... ఏళ్ళతరబడి కాపురము చేస్తున్నా.... స్త్రీతో కలసి భావప్రాప్తిని పొందుటకు ప్రయత్నించకపోవుట శోచనీయము!!

స్త్రీ - పురుష జంటలో ఇరువురు ఒకేసారి భావప్రాప్తి పొందక పోయినా ఫరవాలేదుగానీ... ఇరువురూ భావప్రాప్తిని పొందుట అత్యవసరము! జంటలో ఒకరు ముందుగా భావప్రాప్తిని పొందినపుడు ... రెండవ వారు రతిక్రీడను సాగిస్తూ.... తనూ భావప్రాప్తిని పొందాలి. రతిక్రీడ సాగించుటకు స్త్రీ-పురుష భేదములేదు. ఈ విధముగా ఒకరి తరువాత ఒకరు భావప్రాప్తిని పొందుటను "ఆదర్శ లైంగిక క్రీడ"గా చెప్పవచ్చును. ఒకరే భావప్రాప్తినిపొందు రతిక్రీడను "పశుమైథునము"గా చెప్పవచ్చును. రతిలో అసంతృప్తి అన్నది ఏసంసారములో ఉన్నదో.... ఆ సంసారము నరకమే!

రతి అసంతృప్తివి అత్యధిక శాతము స్త్రీలేపొందుతున్నారు. దీనికి కారణము పురుషులు ముఖ్యముగా యువకులు. కాబట్టి- యువకులు ఈ విషయమై నిగ్రహముతో నిపుణతను ప్రదర్శించుట అవసరము! స్త్రీకి భావప్రాప్తి కలుగుటకు మీరు ఆగలేక పోతున్నారని అనుభవములో తేలినపుడు.... ముద్దు, ముచ్చట లాంటి బాహ్య లైంగిక క్రీడలతో స్త్రీకి రత్యుద్రేకమును కలిగించి లైంగిక క్రీడలో పాల్గొంటే... ఆమె కూడ తేలికగానే భావప్రాప్తిని పొందుతుంది. లేదా.... మీరు క్రింద పండుకొని ఆమెచేత లైంగికక్రీడ సాగింపజేసి, ఆమె భావప్రాప్తిని పొందిన తరువాత, మీరు పైకి వచ్చి.... మీరూ భావప్రాప్తిని పొందండి! ఆదర్శ లైంగిక జీవితము సాగించుటకు ప్రతివారు ప్రయత్నించి....మృగమునుండి మనిషి మైనా మానవతను నిలపండి!!

ఐతే.... దురదృష్టవశాత్తు అధిక శాతము మంది పురుషులు తమ ఉద్రేకమును చల్లార్చుకోగానే నిస్పృహ చెంది.... స్త్రీని సడలించబడని ఉద్రేకములో ఉంచి.... తాము నిద్రలోనికి జారిపోతున్నారు. ఇది "మానవుడు పశుస్థాయికి చేరుట" అని చెప్పక తప్పదు.

## స్త్రీతో ప్రవర్తించుట ఎట్లు ?

'లైంగికక్రీడ (రతి)' చాల ఆశ్చర్యకరమైనది. చక్కని రతిక్రీడ సాగించుట ఆ వ్యక్తుల ప్రతిభకు నిదర్శనము! ఆరోగ్యవంతులైన యువతీ యువకులు "లైంగికక్రీడ అతి తేలికగా చేయగలము"అని సెక్స్‌ని గురించి సామాన్య విషయముగా మాట్లాడుకుంటారు. కొన్ని చౌకబారు పుస్తకాలు చదివీ, సినిమాలు చూచీ "లైంగికము అంటే ఇంతేకదా!"అనే భావన కలిగి ఉంటారు. ఐతే.... నిజ జీవితములో అలా ఉండదు. తొలిసారిగా రతి క్రీడలో పాల్గొనే స్త్రీలు కొంతమంది బిగదీసుకుపోతారు. దీనితో యోని కండరములు కుంచించుకుపోతాయి. పురుషుడు ఉద్రేకమును తట్టుకోలేక.... స్తంభించిన జననాంగమును స్త్రీ జననాంగములోనికి గట్టిగా నెట్టుటకు

ప్రయత్నిస్తాడు. స్త్రీ బాధతో కేకలు పెట్టవచ్చు. లేదా పెనుగులాడవచ్చు. ఈ పరిస్థితులలో అంగప్రవేశము జరుగక.... పురుషుడు నిరాశకు గురి కావచ్చును. ఇట్టి కారణములచేతను చాలమందికి శోభనము (తొలి రతి) రాత్రులు ఏ పొందూ (రతిక్రీడ) జరుగకుండా మిగిలి పోతున్నాయి.

పై నుదహరించిన చేదు అనుభవాలు చాలమందికి ఉన్నాయి. దీనికి కారణము అంగప్రవేశానికి ముందు చేసికోవలసిన కొన్ని చిలిపి పనులు, రెచ్చగొట్టుకొనుట (Foreplay) వంటివి జరుగుటలేదని తెలిసికోవాలి. కనుక.... జంట క్రొత్తదైనా, అనుభవముగలదైనా.... కనీసము 30 ని॥లు చిలిపి చేష్టలు చేసికొనుట చాల అవసరము! మొరటు పనులకు చాల తక్కువమంది స్త్రీలు ఇష్టపడతారుగాని, సున్నితమైన ఉద్రేక క్రియలకే ఎక్కువ మంది మక్కువ చూపుతారు.

ఇపుడు పురుషుడు ఏ ప్రక్రియలద్వారా స్త్రీని ఆనందపఱచగలడో పరిశీలిద్దాము! పురుషుడు స్త్రీకి ఇష్టమైన చేష్టలను సాగించి.... ఆమెను అత్యున్నత ఉద్రేకస్థాయికి తీసుకొనివెళ్ళాలి. తన జననాంగము ఏ అడ్డంకీ లేకుండా.... ఆమె యోనిలోనికి సుఖముగా ప్రవేశించుటకు అనువుగా ఆమెను ఉద్రిక్తురాలిని చేయాలి. ఇలా జరగాలంటే.... ఆమె యోని కండరాలు సడలించబడాలి. యోని మార్గము చెమ్మగిల్లి, ద్రవించాలి ఆమె అంగాంగము పులకించిపోయి, తమకములో తబ్బిబ్బు చెంది ... పొందుకు స్వయముగా పురుషుని ఆహ్వానించునట్లుగా చేసికోవాలి. తనను- "సుఖాల శిఖరాలకు తీసికొని వెళ్ళు!" అని ఆమె స్వయముగా అడుగునట్లు చేయగల పురుషుని నైపుణ్యము చెప్పనలవిగానిది. ఇది అనుభవములో నేర్చుకోవలసినదేగాని.... పుస్తకాలు, సినిమాలు చూచి ఏ పురుషుడు నేర్చుకోలేనిది. కాబట్టి.... పడకలో నైపుణ్యమును పొందుట ప్రతి పురుషునికీ 'విధి' యై ఉన్నది.

నిజానికి స్త్రీ శరీరము అపురూపమైన వీణవంటిది. వీణ మధుర స్వరాలు పలకాలంటే.... వాద్యగానికి నైపుణ్యము ఎంత అవసరమో....

రతిలో స్త్రీ పరవశించి పోవుటకు.... పురుషుడు చాల మెలకువలను తెలిసికోవాలి.

## రతిలో పురుష విధులు :

తనను రతికి ముందు తాకబోయేటప్పుడు పురుషుడు- "శుభ్రముగా, అందముగా ఆకర్షణ కలిగిస్తూ, సువాసనలు చిందిస్తూ ఉండాల"ని స్త్రీ కోరుకొంటుంది. "గడ్డము పెరిగి, మద్యపు వాసన కొడుతూ.... అశుచిగా పురుషుడుంటే స్త్రీ ఏవగించుకొంటుంద"ని రోమన్ కవి 'ఓవిడ్' "ప్రేమ కళ" అనే తన పుస్తకములో వివరించాడు. "పురుషులు కొందరు మూర్ఖముగా చేతి గోళ్ళతో స్త్రీల సున్నిత ప్రాంతాలను పట్టి గిచ్చి బాధించుట వలన అక్కడ రక్తము కారి, స్త్రీ చీదరించుకొన్నందున.... కొన్ని శోభనపు రాత్రులు చెడిపోయాయ"ని 'ఓవిడ్' పేర్కొన్నాడు. 'ఓవిడ్' సలహా నూటికి నూరుపాళ్ళు ఆచరించదగి యున్నది.

# 'రతిక్రీడ'లో టెక్నిక్స్

## క్రియారూప టెక్నిక్స్ :

చెవులలో- ఏవో గుసగుసలు చెబితే.... బహుకొద్దిమంది స్త్రీలు ఉద్రిక్తులౌతారు. బాలికలు అలా కాదు ... "అబ్బా! ఎంత సెక్సీగా, అందముగా, జీవకళ చిమ్ముతున్నావు నీవు!" అని పడక సమయములో అంటే.... చాలు స్త్రీలు ఆనందపు హద్దులను దాటేస్తారు. నేడు యువకులు ఎక్కువమంది ఈ కిటుకులు తెలిసినవారేనని చెప్పవచ్చును. మధ్య వయస్కులు చాల మంది మాటా-మంతీ లేకుండా తమ పని తాము చేసుకుపోతుంటారు. దీని వలన స్త్రీకి 'రతిక్రీడ' యాంత్రికంగా అనిపిస్తుంది. ఆవిడ స్పందించదు. కనుక... లాలనగా, ప్రేమగా మాట్లాడుట.... రతిలోని అన్ని ప్రక్రియలకు మించినదని ప్రతి పురుషుడు మరువకూడదు.

కొంతమంది స్త్రీలకు- మొరటు పదాలు, కొంతమంది స్త్రీలకు- మృదుపదాలు ఇష్టముగా వుంటాయి. శరీర భాగాల పేర్లు స్త్రీలందరికీ

తెలిసినా.... పురుషుడు వాటికి ముద్దు పేర్లు పెట్టి.... "అబ్బ! నీ 'ఇది' ఎంత గొప్పగా ఉంది? ఆ ఒంపుల కుదిరిక ఓహో....! మత్తెక్కిస్తున్న దంటే నమ్ము!! ఈ 'బుజ్జి'ని వదలగలనా" ఇలా ఆమెను కవ్వించాలి.... నవ్వించాలి ... నిలువెల్లా జివ్వుమనేలా చేయాలి.

## శరీరము మొత్తాన్ని స్పృశించుట (తడుముట) :

కామకేళి ముద్దులతో, శరీరమును తడుముటతో మొదలౌతుంది. పురుషుడు- స్త్రీ లైంగిక అవయవాలనేగాక.... శరీర భాగా లన్నిటినీ స్పృశించాలి. దీనితో స్త్రీ క్రమక్రమముగా ఉద్రిక్తురాలౌతుంది. కనుక.... మొదట యోనికి దూరముగా సుతారముగా తట్టుట మొదలుపెట్టి....రాను రాను చేతిని యోని వైపు పోనివ్వాలి. ప్రారంభములో మోకాలిని, జఘ నాలను మృదువుగా నిమురుతూ.... తదుపరి మర్మస్థానము మీదికి చేతిని పోనివ్వాలి (అరుదుగా మాత్రమే నేరుగా చేతితో యోనిని స్పర్శించాలి). ఇందువలన.... ఆమె ఆనందముతో తనను తాను మఱచిపోయి.... ఏవో లోకాలలోకి వెళుతుంది. ఆ సమయములో వ్రేళ్ళతో ఊరుపులు, ఉదర మును కోమలముగ తడుముతూ.... మర్మ స్థానపు పైని రోమములను (Pubes) దువ్వితే.... ఆవిడ ఆనందానికి అంతువుండదు! అలాకాక.... "కత్తె... కొత్తై, తెచ్చె!" అన్నట్లు ఆత్రముగా పురుషులు రతిక్రీడ సాగించినందువలన వారి వేడి చల్లారుతుందేగానీ.... ఆమెకు వలపు వెల్లువ పొంగదు.... తనివి తీరదు.

## ఉద్రేక ప్రాంతాలను స్పృశించుట :

స్త్రీని ముద్దాడుట, చేతులతో తట్టుట చాల చాల అవసరము. ఒక స్త్రీకి, మరొక స్త్రీకి ఉద్రేక స్థానాలలో మార్పు ఉంటుంది. ఐతే.... పెదవులు, స్త్రీల నోరు, వక్షోజాలు, పిఱుదులు అందరికీ ఉద్రేక స్థానాలే, ఐనా.... స్త్రీ శరీరములోని అన్ని భాగాలను నెమ్మదిగా తడుమవలెను. ఇందులో కొన్ని భాగాలు అధిక కామ పైశిత్వాన్ని కలిగి వుంటాయి. చాలమంది,

స్త్రీలకు మెడ వెనుక భాగమును స్పర్శించినా....ముద్దాడినా.... కామవాంఛ పురివిప్పుతుంది.

తన ప్రియురాలు - గట్టి స్పర్శకు మనస్సు పడుతున్నదో, మెత్తగా తాకితే ఇష్టపడుతున్నదో.... చక్కగా తెలిసికొని మెలిగితే— ఆనందము మీ చేతి 'ఉసిరికాయ' ఔతుంది. మీ చేయి పోయిన చోటికల్లా- నోరూ పోవాలి. ముద్దిడుతూ, వాసన చూస్తూ, ప్రియమైన మాటలను గుసగుసలుగా చెప్పాలి.

ఆమె నోరు, వక్షోజాలు, పిఱుదులు 'కామక్రీడ' తరువాత ప్రాముఖ్యత గల ద్వితీయ భాగాలు! వీటిని గూర్చి ఈ క్రింద చూడండి!

### సెక్స్ ఇన్ మౌత్ :

కొంతమంది పురుషులు తెలియని తనముతో ముద్దు పెట్టుకోకుండా— ముద్దును, తద్వారా స్త్రీని అలక్ష్యము చేస్తారు. మిగతా అన్ని పనులకంటె ....ముద్దు అతి ముఖ్యమైనదని గ్రహించరు. స్త్రీ తొడలను పురుషుడు తన తొడలతో ఒత్తినట్లుగానే నాలుకను ఆమె నోటిలోకి పోనిచ్చి (ఫ్రెంచ్ విధానము).... నాలుక చివరితో ఆమె నోటి లోపలి భా లను తాకాలి. మీ నాలుకకు పై భాగములో ఉన్న గఱుకుతనము ఆమె నాలుకకు పై భాగములో ఉన్న గఱుకు తనమునకు రుద్దుకొని ఆమె కెంతో హాయి నిస్తుంది.

### సెక్స్ ఇన్ బ్రెస్ట్ :

స్త్రీల వక్షోజాలను చేతులతో కప్పి, సున్నితముగా ఒత్తుతుండాలి. చూచుకము చుట్టూ వ్రేళ్ళతో మెత్తగా తట్టాలి చూచుకము అగ్రభాగమును పురుషుడు నాలుక చివరితో అంటుకోవాలి. ఇది అత్యంత ఉద్రేక భాగము! దీనిని ఎక్కువగా చప్పరించకూడదు. గాయము ఔతుంది. వక్షోజాల విషయములో ఒడుపుగా వ్యవహరిస్తే.... కామోద్రేకముతో స్త్రీ చూచుకాలు ముందుకు పొడుచుకు వచ్చి నిటారుగా వుండి ఉబ్బుతాయి. ఈ సమయములో ఆమెను, ఆమె వక్షోజాలను పొగడుట వలన ఆ స్త్రీ పురుషునికి లైంగిక క్రీడలో అద్భుతాలను రుచి చూపిస్తుంది.

## సెక్స్ ఇన్ బటక్స్ :

స్త్రీయొక్క జఘనాలను (పిఱుదులను) నిమురుట వలన.... ఆమె ఇంకా ఇంకా అలా చేయించుకోవాలని మోజుపడుతుంది. అవి అంత సున్నితమైనవి కావు గనుక.... కాస్త గట్టిగానే నిమరాలి. నిమ్మళముగా తట్టుతూ, చేతులను ఊరువులపైకి జరుపుతూ, మర్మస్థానమును అంటు కొంటుంటే.... స్త్రీ పూర్తిగా కామోద్రేకము పొందుతుంది.

"పిరుదుల మధ్యభాగమును తాకవచ్చునా ?" అని సందేహిస్తారు చాలా మంది. తాకవచ్చు ! ఐతే.... తాకిన తరువాత తన మర్మాంగములను చేతులను సబ్బుతో శుభ్రము చేసుకోవాలి.

## రతిలో దంతక్షతములు, మోహపు తట్టుళ్ళు :

సయ్యాటలోను, లైంగిక క్రియలోను ప్రేమికులు ఇద్దరూ చిన్న చిన్న నొప్పి కలిగించు పనులు చేయుట ప్రకృతి సహజము !

కనుక పురుషుడు భాగస్వామిని యొక్క మెడ భుజాలు, బొటన వ్రేలికింది ఉబ్బెత్తు, అఱచేతి భాగము, వక్షోజాలపైన, చిన్ని చిన్ని దంత క్షతాలను జరపాలి. వక్షోజాలపై దంతక్షతమును చాల సున్నితముగ జాగ్రత్తగ వుంచాలి. ఇక చూచుకాలపైనా, భగరంధ్రము చుట్టూ (అతి సున్నిత భాగాలు గనుక) దంతక్షతాలు పనికిరావు. ప్రేయసి కోరినపుడు అతి మృదువుగా చేయవచ్చును.

ప్రేమ తట్టుళ్ళను మర్మస్థానపు దిగువన, మిగతా చోట్ల నిమ్మళ ముగా చేయుటనే స్త్రీలు ఇష్టపడతారు సన్న నొప్పిని సుఖముగా దీసికొనే స్త్రీలు అవి బలముకొద్దీ చేస్తే ఈ మొరటు తట్టుళ్ళకు బాధపడి రతికి విముఖ లౌతారు.

## సెక్స్ ఇన్ క్లిటోరిస్ (యోని శీర్షము) :

పురుషుడు స్త్రీ శరీరమును తడుమునపుడు.... చేతివ్రేళ్ళు- ఆమె మర్మస్థానముపై ఒక్కక్షణము ఉంచాలి. ఇలా 5 నుండి 20 ని॥లపాటు

శరీరాన్ని తడుముతుంటే.... ఆమె మర్మద్వారము చెమ్మగిల్లుతుంది. అప్పుడు స్త్రీ-పురుషుని చేతిని తన ఊరువులపై వేసుకొని రుద్దుకొంటూ ....యోని వద్దకు తీసికెళుతుంది. ఒకవేళ మర్మద్వారము పొడిగా ఉందని గమనిస్తే చుంబన, చూషణాది క్రియలను ఆచరించాలి.

పురుషుడు వ్రేళ్ళను-కచ్చితముగా యోనిశీర్షముపైన కాకపోయినా సుమారుగా ఆ చోటు నుంచి అంగుళము క్రిందికి, అంగుళము పైకి రుద్దాలి. క్లిటోరిస్ దీనివలన ఉద్రేకపడుతుంది. ముక్కోణము పైన ఉన్న యౌవన వెంట్రుకలు ఉన్న భాగాన్ని రుద్దాలి. ఒక మోస్తరు గట్టిగా పట్టుకొని దిగువనే ఉన్న క్లిటోరిస్ పైన సన్నని ఒత్తిడి చేయాలి. చేతివ్రేళ్ళ చివళ్ళతో క్లిటోరిస్ చుట్టూ త్రిప్పాలి. ప్రేమద్వారమునుంచి స్రవించిన కొంత తడి (ద్రవము) ని తీసి, క్లిటోరిస్ చుట్టూ రాస్తూ.... అరచేతితో మొత్తము భాగము పైన రుద్ది, స్త్రీని కామోద్రిక్తురాలిని చేయాలి.

పురుషుడు- సున్నితమైన 'యోనిశీర్షము'ను పై ప్రక్రియలద్వారా ఉద్రేక పరచునపుడు.... ఏ ప్రక్రియను స్వీకరిస్తున్నదో.... ఏ క్రియకు విముఖత చూపుతున్నదో గమనించి ఆమె ఆనందము చూపుతున్న ప్రక్రియలనే ఆచరించాలి.

## సెక్స్ ఇన్ ఫింగర్స్ :

పూర్తి అనుభవమును పొందకుండా.... 'కామకేళి'లో వ్రేళ్ళను ఉపయోగించకూడదు. చేతి మధ్యవ్రేలు మాత్రమే భగరంధ్రానికి చక్కగా సరిపోతుంది. ఐతే.... వ్రేలికి ఏమాత్రము గోరు పెరిగి ఉండరాదు. మధ్య వ్రేలిని సుతారముగా యోనిమార్గము లోనికి జొనిపి.... వెనుకకు ముందుకు ఆడిస్తుంటే ... కణుపులు క్లిటోరిస్ తగిలి స్త్రీ క్రొత్త అనుభూతిని, పులకింతను పొందుతుంది. అప్పుడప్పుడు చూపుడు వ్రేలిని కూడా వాడవచ్చును. ఐతే ... ముందుకి-వెనుకకి వ్రేళ్ళతో ఆడించినప్పుడు లోపలి కణాలకు హాని కలుగకుండా జాగ్రత్త తీసికోవాలి ఇలా రకరకాలుగా చేయుటవలన ... స్త్రీ తప్పక సంతోషిస్తుంది

"కన్నిలింగ్ లేక కన్నిలింగ్‌టన్"

కామ వ్యవహారములో ప్రియురాలి మర్మస్థానమును ముద్దు పెట్టుకొనుట చాల ప్రధానపాత్ర వహిస్తుంది. వ్రేలి ప్రయత్నము కన్న ... ఇది త్వరగా పట్టుబడుతుంది. పురుషుడు ముందుకు వంగి ప్రియురాలి యౌవన వెంట్రుకల మీద ముద్దులు పెడుతూ....నెమ్మదిగా పెదవులను 1-2 అంగుళాలు క్రిందికి దించి జరుపుతూ ఉంటే.... ఆవిడ క్లిటోరిస్ అందుబాటులో ఉంటుంది. దీనికి పెదవులు, నాలుక యొక్క స్పర్శను ఉపయోగిస్తే ... ఆమె పూర్తిగా వివశురాలు ఔతుంది నాలుకను క్లిటోరిస్ పైన ముందుకు—వెనుకకు జరుపుతుండాలి ఆ తరువాత నాలుకను భగ రంధ్రములోనికి జొనిపి వేగముగా లోనికి బయటకు ఆడిస్తే.... విపరీతమైన కామోద్రేకము కలిగి; ఎక్కువమంది స్త్రీలు కచ్చితముగా ఆనందిస్తారు. ఐతే ...ఈ క్రియలో పురుషుడికి ఊపిరి ఆడుటకు- స్త్రీ తన ఊరువులను విశాలము చేయాలి. ఇలాగే స్త్రీకూడ పురుషాంగమును చుంబిస్తూ.... అతన్ని ఉద్రిక్తుణ్ణి చేయవచ్చు.

స్త్రీ-పురుషులు ఒకరిపై ఒకరు పరుండి, క్రిందికి పైకి దొర్లుతూ ....స్థానాలు మార్చుకొనుటవలన కూడ ఆనందించగలరు.

ఇది గాక స్త్రీ-వివస్త్రగా నిలబడి ఉంటే.... పురుషుడు ఆమె పాదాల దగ్గర మోకరిల్లి.... నాలుకతో, పెదవులతో—ఆమె జననాంగమును చుంబించినా.... ఆమె శరీరము జివ్వుమంటుంది లేక స్త్రీని కుర్చీపై కూర్చోబెట్టి....నాలుకతో పై మాదిరిగా చేసినా.... ఆమె పారవశ్యము హద్దులు దాటుతుంది.

ప్రాక్టీస్...ప్రాక్టీస్...ప్రాక్టీస్...

పురుషుడు ఒక వాద్యగానివలె అనుభవముతో స్త్రీ శరీరమును పరవశింపజేయాలి! అలాగే అన్ని విషయాలను కాకున్నా.... కొన్నిటినైనా ఉపయోగించుకొని సుఖాన్ని అందుకోవాలి. ఏ విధముగానైనా స్త్రీకి హాయి

నిష్పటయే ప్రధానము! అంతర్భాగ కణజాలము గాయపడుట ఏ రతిక్రియ లోనూ జరుగరాదని బాగా గుర్తుంచుకోవాలి.

## రతిలో— 'స్త్రీ' పురుషునితో ప్రవర్తించుట ఎట్లు ?

కామక్రీడకు పురుషుడితోపాటు స్త్రీ కూడా చేయవలసినదిగా చాల ఉన్నది. ఇద్దరూ మనసు మనసు కలిపి, శరీరాలను ఏకము చేసికొంటేనే రతి మధురముగా వుంటుంది. స్త్రీ శరీరమును అప్పగించి పండుకొంటే, పురుషుడు తన పాటికి తాను చేసుకుపోయే రోజులు కావు ఇవి!

స్త్రీకి ఎత్తైన వక్షోజాలు, మదించిన మర్మస్థానముకాదు ప్రధానము! అచేతనముగా పరుండక.... పురుషుణ్ణి కవ్వించాలి. జోడు కలిసి మేళవించి రతిలో లీనమైపోవాలి అనుభవము ముఖ్యముగాని ... అవయవాల పొందిక నామమాత్రమని గ్రహించండి !

పురుషుడు చాకచాక్యముగా స్త్రీని ఎలా తనదాన్ని చేసికోగలడో.... 'రతి'లో తెలివి, చురుకుదనము చూపించి— స్త్రీకూడా అతణ్ణి మురిపించ గలగాలి. అంతేగాక....రతిలో మాధుర్యము చూపి అతన్ని తన వశము చేసి కోవాలి! కొన్ని సమయాలలో పురుషుని మగసిరి కాస్త మందగించవచ్చు. ఆ సమయములో స్త్రీ చప్పున అతడి పురుషాంగమును పట్టుకొని, సున్నిత ముగా ముష్టిమైథునము జరిపితే.... పురుషుడు చిత్రముగా కామోద్రేకమును పొందుతాడు! చాలమంది స్త్రీలు తెలియక ఇలా చేయరు. అంతేగాక.... పురుషుని ఈసడించుకొంటారు- ఇంకొంతమంది స్త్రీలు! దీనితో అతడు గాయపడతాడు.

ఇంతకు ముందు చర్చించిన "స్త్రీతో ప్రవర్తించుట ఎట్లు?" అను అంశములో విశదీకరించిన పద్ధతులను అమలులో పెడితే.... కనీసము జంటలు అరగంట ప్రేమాట (రతిక్రీడ) సాగించగలరు.

పురుషునికి- కామవాంఛతో పాటే....అంగస్తంభన కలుగుట సహ జము! "స్తంభన కలిగినది కదా!" అని రతి వెంటనే సాగించరాదు. కారణము స్త్రీకి కూడా కామోద్రేకమును కలిగించాలి. అలా జరుగనపుడు

స్త్రీ 'భావప్రాప్తి'ని పొందకముందే పురుషుడు భావప్రాప్తి పొందుతాడు. దానివలన స్త్రీకి కామవాంఛ చల్లారక- పురుషునిపై ఏవగింపు కలిగే ప్రమాదమున్నది.

పుస్తక పరిజ్ఞానముతో- శోభనపు కన్య "ఎప్పుడెప్పుడా!" అని త్వరపడి పురుషాంగమును చేతితో పట్టుకొంటే.... కొత్త మోజుతో అప్పటికే పూర్తిగా కామోద్రిక్తుడై ఉన్న పురుషుడు ఆవిడ చేతులలోనే స్ఖలించే ప్రమాద మున్నది! చాలమంది పురుషులు మరల వెంట వెంటనే ఉద్రేక పడజాలరు. కాబట్టి.... అతడు ఇచ్చే సంజ్ఞలను- స్త్రీ గమనించి, అంగపు సవరింపును ఆవిడ తక్షణమే ఆపివేస్తే ... స్థానము కాదు.

## రతిక్రీడకు స్త్రీ తయారగుట :

ఏ పురుషుడు బట్టలు ధరించిన స్త్రీతో అరగంటకూడా గడపలేడు. చాలమంది స్త్రీలు బట్టలు తీసివేయుటను పట్టించుకోరు! కానీ బట్టలు తీసివేసి తన అందాన్నంతా పురుషునిముందు కుప్పపోస్తే.... అతడికి వడ్డించిన విస్తరిలా ఉంటుంది. స్త్రీ వీలైనంత ఆకర్షణీయముగా తయారు కావాలి. ఇది చాల చిన్న విషయముగా స్త్రీలు భావించినా.... లైంగికముగా ఇది అత్యంత ప్రధానమైనదని మరచిపోవుట తప్పు! స్త్రీ ధరించే బట్టలకు కూడా జాగ్రత్తలు తీసికొని, పురుషుని అభిరుచినిబట్టి పోవాలి పడక సమయములో స్త్రీ ఆకర్షణీయమైన దుస్తులలో ఉండుట అతడికి ఉత్తేజము ను ఇస్తుంది. దాంపత్యములో ఎన్ని యేండ్లు గడచినా.... జంటలు ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే.... ప్రతిరోజూ మధుర మనోహరమే!

## స్త్రీలకు- సెక్స్‌లో... మెలకువలు :

పురుషుడు- స్త్రీ ఒంపు-సొంపులను పడకవేళ ఎలా పొగడుతాడో.... స్త్రీ కూడా అతని రూపమును మెచ్చుకొంటూ, రెచ్చగొట్టాలి. చాలమంది స్త్రీలు "ఇది తప్పు!" అనుకొని నోరు మెదపరు.

## స్త్రీ- పురుషుని శరీరమును స్పృశించుట :

పురుషాంగమును తాకుటతోనే స్త్రీ "తన పని ఐపోయిందను కోరాదు. తాను 'వలపు ఆటకు' సిద్ధముగా ఉన్నట్లు తెలియజేస్తూ అతనిని

పురికొల్పుటకు ప్యాంట్ లేక లుంగీ లోనికి చేతిని పోనిచ్చి.... అతణ్ణి ఆశ్చర్య పఱవాలి. ఐతే.... చాల కొంతమంది అమాయకులైన పురుషులు అది పాపకార్యముగా భావించి ఇష్టపడక పోవచ్చును. ఇట్టివారికి అనువుగా అతని స్త్రీ ప్రవర్తించవలెను. స్త్రీకి-పురుషాంగమును ఉద్రేకపరచుటలో ....ఎంతో ఓర్పు-నేర్పు, మెలకువ ఉండాలి ఈ పట్టు అలవడుటకు కొద్దిమంది స్త్రీలకు కొన్ని సంవత్సరాలు పట్టవచ్చు కొంతమంది యువతులు- తెలియక.... "ఎవరినైనా అడిగితే ... వారేమనుకుంటారో.... ఏమో...." అని సంకోచముతో, సిగ్గుతో ఉంటారు. తెలివైన యువతులు తమ భర్తల ఇష్టాలను అరమరికలు లేకుండా.... మనస్సు విప్పి అడిగి ... వారు ఎలా కావాలంటే.... అలా చేసి.... తమ ప్రియుని సంతృప్తి పఱచుతారు. అనుభవములో.... తమ భర్త పురుషాంగము పట్టుకొని, తగినంత వేగముతో కదలికలు చేసి, దానిని స్తంభింపజేసే మెలకువలను స్త్రీలు తెలిసికొనుట మంచి పద్ధతి!

ప్రారంభములో తెలియక స్త్రీలు తమ ఎడమ చేతితో పురుషాంగమును పట్టుకొంటారు. ఎడమ చేతితో కదలికలు సరిగా వుండవు. అందుకని.... కుడిచేతి బొటనవ్రేలితో అంగము యొక్క అంగుష్టము వద్ద పట్టుకొని, అఱచేతిని దిగువకు ఉంచాలి. అప్పుడు అరంగుళమో- అంగుళమో క్రిందికి పైకి కదిపితే....పురుషుడు అమోఘసౌఖ్యాన్ని పొందుతాడు.

అదీ ఇదీ ఏమిటి? స్త్రీ తన ఒంపులన్నింటిలో.... పురుషాంగమును నేర్పుగా ఇఱికించుకొని, వక్షోజాల మధ్య ఒత్తుతూ, పెదవులతో, నాలుక చివరితో తాకుతూ.... పురుషుని ఉద్రేక పఱచవచ్చు. (పిఱుదుల మధ్య వుంచుకొంటే మాత్రము అంగప్రవేశానికి ముందు పురుషాంగమును తప్పక శుభ్రపఱచాలి) ఇదంతా ఒక "కామకళ" అని చెప్పాలి.

చాలమంది పురుషులు "తమ అంగమును- స్త్రీలు నోటితో చుంబించాల"ని తహతహ పడతారు. అలా చాలమంది భార్యలు చేయరు.

వ్యభిచార స్త్రీలు చేస్తారు. కాబట్టి ... పురుషులు దారి తప్పుతున్నారు. కనుక స్త్రీ పురుషుని యొక్క ఛాతీ, బొడ్డు మొ॥ వాటిని ముద్దిడు కొన్నట్లుగా.... అంగమును కూడ ముద్దులతో ముంచి, చూషిస్తూ వుంటే.... పురుషుడు విపరీత కామోద్రేకమును పొందుతాడు. స్త్రీ-పురుషులు ఒకరి నాలుకను- మరొకరి నోటిలోనికి పోనిచ్చుకొనుట ఒక పులకింత ! ఇవన్నీ అసహ్యమని అనుకుంటారేమో గానీ ఆరోగ్యకరము ! ప్రకృతిసిద్ధము !!

పురుషుని అంగమును స్త్రీ ముద్దిడుకొనునపుడు .. అతడు తన యోనిశీర్షాన్ని, యోనిని ముద్దుపెట్టుకొనేలా చేసికోవాలి ! ఐతే స్త్రీ నోటిలోనికి పురుషాంగమును తీసికొనేటప్పుడు అంగము పొడవునా.... నోటిలోనికి ప్రవేశ పెట్టరాదు. స్త్రీ తను నోటిలో ఇముడ్చుకోగలిగినంతవరకే వచ్చేలా చూచుకోవాలి ఐతే.... ఒక్కొక్కసారి స్త్రీ నోటిలోనే ఇంద్రియ స్ఖలనము కావచ్చు. ఆ ఇంద్రియాన్ని మింగినా గర్భము రాదు ఎలాంటి హాని లేదు. దీనికి ఇష్టపడని స్త్రీలు- సమయము కనిపెట్టి వెంటనే పురుషాంగాన్ని యోనిలో పెట్టుకొనుటయో, వక్షోజాల మధ్య బంధించుటయో చేయాలి. ఇది మాంచి ఖుషీ కలిగించే క్రియ !

సయ్యాటలో స్త్రీ-పురుషులకు ఏ పద్ధతి రక్తి నిస్తుందో.... ఆ ప్రకారము చేసికోవాలి. పురుషుడు కోరినట్లు చేయడానికి స్త్రీ ప్రయత్నించాలి. స్త్రీ పురుషుని వృషణాలను తడిమి ముద్దాడవచ్చుగానీ అవి అతి సున్నితమైనవి గనుక.... చాల జాగ్రత్త వహించాలి. బీజాలకు ఏమాత్రము ఒత్తిడి తగులరాదు.

# ప్రేమ రతి బంధనాలు

బంధనాల రకాలు "123, 84, 513, 69" అని అనేక రకాలుగా అంటుంటారు. ఇందులో 69 బంధనాల్ని గురించి కొంత గందరగోళము ఉన్నది. నిజానికి వీటికి కచ్చితమైన సంఖ్య లేదు డబ్బుపోసి బంధనాల పుస్తకము కొని చూస్తే.... 331, 332 బంధనాలు కొద్ది తేడాతో ఒకేలా వుంటవి.

జంట ఎప్పుడూ ఒకే బంధనములో క్రీడించుట వలన రతి ఉల్లాసముగా ఉండక విసుగనిపించవచ్చు. బంధనము మార్చుటవలన పురుషాంగము- భగరంధ్ర ప్రవేశపు కోణముల మార్పు వస్తుంది గనుక.... ఇరువురికీ అంగాలపై ఒత్తిడిలో మార్పులు కలుగుటచేత క్రొత్త అనుభూతి కలుగుతుంది. కాబట్టి.... బంధనాల మార్పు అవసరము !

ఎవరికివారే కొన్ని పొజిషన్స్‌ను ఏర్పాటు చేసికొని సుఖించేవారూ- ఉన్నారు. ముఖా ముఖీ, వెనుకనుండి, ప్రక్కలనుండి, ఇలా.... పొజిషన్స్ మూడు రకాలుగా ఉంటాయి.

## ముఖాముఖి భంగిమలు :-

స్త్రీ క్రింద ఉండుట సామాన్యమైన బంధనము ! ఇది తప్ప.... "మిగిలిన భంగిమలు మొరటువ"ని చాలమంది పొరపాటుగా భావిస్తూ ఉంటారు.

స్త్రీ మోకాళ్ళు మడిచి వెలికిలిగా పండుకొనుటవలన ఆమె పాదాలు పరుపుపై ఉంటాయి. విక్టోరియా కాలపు మత ప్రవక్తలు "ఈ పద్ధతి ఒక్కటే ఆచరించదగినది" అని అభిప్రాయపడేవారు.

'మిషనరీ పొజిషన్' చాల మంచిది. ఇంతకుముందు చెప్పుకున్నట్లు ఈ భంగిమలో- స్త్రీ కటి ఎముకమీద పురుషుడి కటిఎముక రుద్దబడుతుంది. ఐతే.... ఈ పొజిషన్‌లో వక్షోజాలను, క్లిటోరిస్‌ను ఉద్రేకపఱచుట కష్టము ఔతుంది. కాబట్టి.... ముందుగా వీటిని ఉద్రేకపఱచిన తదుపరి ఈ భంగిమలోనికి రావలసి ఉంటుంది

**1 వ రకము :**

మొదటి మార్పు ఏమంటే.... స్త్రీ వెలికిలిగా కాళ్ళను ఎడము చేసికొని, బాగా చాపి పడుకుంటుంది ఈ పద్ధతిలో అంగప్రవేశం కాస్త కష్టము ! ఐతే ... ముఖ్యబంధనములోని స్పర్శానుభూతి వుంటుంది.

**2 వ రకము :**

దీనిలో పురుషుడి కాళ్ళు- స్త్రీ కాళ్ళకు వెలుపల ఉంటాయి. అతడి తొడలు అంగమునకు ఒత్తిడి నిస్తాయి. కనుక.... పిల్లలు పుట్టుట వలన వదులైన యోని కండరములు గల స్త్రీలకు ఈ భంగిమ బాగుంటుంది.

**3 వ రకము :**

స్త్రీ కాళ్ళు- పురుషుడి పిఱుదులపైకిగాని, నడుముపైకిగాని వచ్చేలా పెట్టాలి. అప్పుడు యోని కొంచెము పైకి లేచి అంగ ప్రవేశమునకు అవకాశము ఇస్తుంది. ఆమె కాళ్ళను- అతని నడుముకు మెలిక వేస్తే.... ఇంకా దగ్గరై, రెట్టింపు సుఖము కలుగుతుంది. ఈ బంధనము వలన 'స్త్రీ' పురుషుణ్ణి గాయపఱచుటయో, చంపుటయో చేస్తుందని కొంతమంది కథలు అల్లాయిగాని.... అవి వట్టి మాటలు! చేతగాని కోతలు!!

**4 వ రకము :**

ఇది- 3వ పద్ధతిని కొంచెము పెద్దది చేయుట! స్త్రీ తన కాళ్ళను- ఇంకా పైకి ఎత్తి, పురుషుడి భుజాలను చుట్టేస్తుంది. అంగమును లోతుగా చొప్పించుటకు వీలయ్యే పద్ధతి ఇది' దీనిలో అంగప్రవేశము సున్నితముగా చేయాలి. ఈ పద్ధతిలో రతిక్రీడ మొదలు పెట్టకూడదు. వేతే పద్ధతిలో మొదలుపెట్టి.... 10, 20, 30 ని॥ల తరువాత భగరంధ్రము అనుకూలముగా ఉంటుంది గనుక.... ఈ పద్ధతికి రావాలి.

**5 వ రకము :**

పై విధానాలలో దేనిలోనైనా.... స్త్రీ తన పిఱుదుల క్రింద దిండు పెట్టుకొని అంగద్వారపు కోణాన్ని, లోతును మార్చుకొని; పురుషాంగ ప్రవేశము చెయ్యొచ్చు. 3వ రకములో తెలిపినట్లుగా.... స్త్రీ కాళ్ళు దీనిలో గాలిలో ఉంటే.... మంచి ఫలితము కనిపిస్తుంది.

**6 వ రకము :**

పైన తెలిపిన చివరి మూడు విధానాలు ఎత్తుల మార్పులో బాగా ఉపయోగపడతాయి. ఉదాహరణకు స్త్రీ పరుపు చివర వెలికిలిగా పరుండిన

పురుషుడు నేలమీద మోకాళ్ళపై ఉంటాడు. క్రొత్త జంటలు ఇలాంటి చాలా పద్ధతులను కనుక్కోవచ్చు.

## పురుషుడు-క్రిందా, స్త్రీ పైనా ఉండు భంగిమ!

స్త్రీ- పురుషుల బరువులలో పెద్ద తేడా వున్నప్పుడు.... ఇలాంటి రతి బంధనము ఉపయోగము! పురుషుడి బరువు ఎక్కువైతే.... స్త్రీకి ఊపిరాడదు. ఆనందమూ వుండదు ఇలాంటి జంటలు- పురుషుడు క్రింద; పైన స్త్రీ వుండి రతి చేసుకుంటారు ఆమె కాళ్ళు- అతడి కాళ్ళ మధ్య వుంటే.... పురుషాంగము పైన తన ఒత్తిడి వలన అధిక ఆనందము కలుగుతుంది. దీనిలో పురుషుడి ఆధిక్యతకు భంగమేమీ లేదు. ఐతే.... "అంతా ఆమే చేసుకుపోతుందిలే! నాదేముంద"ని పురుషుడు పట్టీపట్ట నట్లుగా ఊరుకోకుండా.... ముద్దు ముచ్చట వంటి ప్రక్రియలను సాగిస్తూండాలి.

**1 వ విధానము :**

స్త్రీ తన నడుము పైభాగమును- పైకెత్తి, చేతులు చాపినపుడు ... పురుషుడు- వక్షోజాలను పట్టుకుంటాడు ఇది ఇద్దరికీ ఆనందము నిస్తుంది.

**2 వ విధానము :**

స్త్రీ పాదాలు పురుషుడి పాదాలమీద ఉంటాయి.. ఇద్దరి మోకాళ్లూ పైకి మడవబడి 'కప్ప' ఆకారములో ఉంటాయి. కాళ్ళు దగ్గఱ దగ్గఱగా ఉండుటవలన ఈ 'కప్ప భంగిమ'లో ఇద్దరూ ఇష్టప్రకారము రతిక్రీడను చేసికుంటారు తదనుగుణముగా ఆనందము పొందుతారు.

**3 వ విధానము :**

పురుషుడు వెలికిలిగా పండుకొని ఉండగా.... అతని కటికి అటూ. ఇటూ స్త్రీ మోకాళ్ళపై కూర్చొంటుంది. పురుషుడు నిలువరించుకొనే శక్తి తగ్గి ఉన్నపుడు ఈ భంగిమ చాల ఉపయోగము! గర్భిణీ స్త్రీలకు మరింత అనుకూలము !!

**4 వ విధానము :**

ఈ పద్ధతి యందు స్త్రీ తన భగ రంధ్రములో పురుషాంగమును ఉంచుకొని గుండ్రముగా తిరగవచ్చు. దీనిలో స్త్రీ- తన కాళ్ళను పురుషుడి భుజాలకు రెండు ప్రక్కలగానీ, ఛాతికి అటూ-ఇటూ గానీ ఉంచి కదలాలి. 3వ విధానము మాదిరే ఈ భంగిమా ఉంటుంది

**5 వ విధానము :**

4వ భంగిమలో వలె స్త్రీ- పురుషుడిమీద కూర్చొని, నెమ్మదిగా వెలికిలిగా పరుంటే ... పురుషాంగమునకు- ఎక్కువ ఒత్తిడి కలుగుతుంది. ఇద్దరూ దీనిని జాగ్రత్తగా జరుపకపోతే పురుషాంగము బయటకు వస్తుంది. ఒకరి చేతులను మరొకరు పట్టుకొనుట వలన దగ్గరౌతారు. ఈ అనుభవము బాగుంటుంది. పోతే.... దీనిలో పురుషాంగము- స్త్రీ మూత్ర సంచిమీద ఒత్తిడి కలిగిస్తుంది, కనుక.... ముందుగానే స్త్రీ మూత్ర విసర్జన చేసి ఉండాలి. దీనిలో మార్పులూ చేసికోవచ్చు. పురుషుడి తొడ- స్త్రీ తొడమీద చేర్చుటవలన తనువంతా 'జల్లు' మంటుంది.

**6 వ విధానము :**

ఇది 3వ భంగిమువలెనే ఉంటుంది. ఐతే.... పురుషుడి కాళ్లు- స్త్రీ నడుముకు పెనవేసికొంటాయి. వ్యాయామముచేసే వాళ్ళకు ఇది చక్కని భంగిమ!

**7 వ విధానము :**

మొదట స్త్రీ- పురుషుడి మీద పండుకొని 45 డిగ్రీల కోణము లోనికి తిరగాలి తరువాత 90 డిగ్రీల కోణము లోనికి తిరగాలి. ఆ పైన కష్టము! ఒకవేళ పురుషాంగము బయటికి వస్తే.... మళ్ళీ మొదలు పెట్టాలి. నిదానముగా చాలసేపు చేసికొనుటకు వీలైన భంగిమ ఇది! పురుషుడు ఒక చేతితో స్త్రీ వక్షోజమును పట్టుకొని, రెండవ చేతితో క్రింది భాగాలను పిఱుదులను తట్టే వీలుంటుంది. ఈ భంగిమ- పురుషుడు పైన ఉండి రతిక్రీడ సాగించుటకన్నా తేలికైనది.

**8 వ విధానము :**

ఇది 3వ భంగిమవలెనే ప్రారంభించాలి గానీ.... పురుషుడు- కుర్చీమీద కూర్చొని ఉంటే.... స్త్రీ- తన కాళ్ళను రెండు ప్రక్కలకు ఉంచుతుంది.

## జంటలు నిలబడి చేసికొనే భంగిమలు :

ఇది సామాన్య విధానము! పెండ్లి కాని వాళ్ళకు స్వేచ్ఛగా రతిక్రీడ సాగించుకొనే వీలుండదు కాబట్టి.... ఏ గోడకో ఆనుకొని చేసికొంటుంటారు. పురుషులు- స్త్రీలకంటె ఎత్తుగా ఉంటారు గనుక.... రతి వేగిరపాటుగా, మొరటుగా, అసంతృప్తిగా జరుగుతుంది. అందుకని కొంత మంది పురుషులు స్త్రీని- ఇటుకరాళ్ళపైన నిలబెట్టి రతి సాగిస్తుంటారు గానీ.... ఉద్రేకములో స్త్రీ పడిపోయే ప్రమాదము ఉంటుంది

పడకగదిలో- దిగంబరులుగా నిలబడి, ముఖాముఖి చేసికొనే దానిలో మజా 'తాజా'గా ఉంటుంది స్త్రీ పొట్టిదైతే ... ఒక ఎత్తుపీటపై నిలబడి, గోడకు ఆనుకొని స్త్రీ ప్రియుడి ఊపులను తట్టుకోవచ్చును.

**1 వ విధానము :**

ఈ భంగిమలో రతి సాగించుటను బలమైన పురుషుడే చేయగలడు. స్త్రీ- నడుమును లేక పిఱుదులను అతడు పట్టుకొని పైకెత్తితే.... ఆమె అతని మెడను వాటేసుకొని కాళ్ళను- అతడికి పెనవేసి వెనక్కి-ముందుకీ ఊగవచ్చును

**2 వ విధానము :**

ఇది 1వ భంగిమ మోస్తరుగానే ఉంటుందిగానీ.... స్త్రీ కాళ్ళ మెలికను అట్లే ఉంచి; చేతులు, తల నేలకు తగిలేవరకు వంగవచ్చు. దీనిని బలమైన పురుషుడు ఒక్క నిమిషము భరించగలడు. ఈ భంగిమలో భావప్రాప్తిని పొందలేరుగాని.... కాసేపైనా అదొక విచిత్రానుభూతిని పొందగలరు.

**3 వ విధానము :**

ఎత్తుల సమస్య తీరుటకు- పైమెట్టుపై స్త్రీని ఉంచి, క్రింది మెట్టుపై పురుషుడు నిలబడి ముఖాముఖి రతితో, "సుఖీ! సుఖీ!!" అనవచ్చును.

**ముఖాముఖిగా ప్రక్కకు పరుండు భంగిమ :**

ముఖాముఖి క్రియలో ఇది చివరిది అంగప్రవేశము కొంచెము కష్టమౌతుంది. ఒక్కసారి ప్రవేశించిందో.... అచ్చట్లు-ముచ్చట్లతో- "ఓహో"లకు అందదు మరి! రతిక్రీడ సాగించుట ఐన తరువాత అవయవాలు విడిపోకూడదని మోజుపడే వాళ్ళకు ఇది రాజాలాటి భంగిమ!

**వెనుకనుండి చేసికొనే భంగిమ :**

దీనిని "పశువుల పద్ధత"ని కొంతమంది నిరసించారు. ఐతే.... నూతనత్వము కోరువారు అపుడపుడు ఈ భంగిమలో రతిక్రీడ సాగించవచ్చును.

## స్త్రీ- దిగువున, పురుషుడు- ఎగువన ఉండు భంగిమలు :

'దీనిలో స్త్రీ- ప్రక్కమీద మోకాళ్ళను ఆనించి, తనువును బాగా వంచి ఉంటే.... పురుషుడు- తన మోకాళ్ళమీద నిలబడి మెల్లగా అంగమును ప్రవేశింప జేయాలి. ఇద్దరిలో ఎవరైనా పురుషాంగమును పట్టుకొని పెట్టాలి. ఈ భంగిమయందు- వక్షోజాలను, క్లిటోరిస్‌ను- పురుషుడు చేతులతో బాగా ఉద్రేకపఱచుటకు అవకాశము ఉంటుంది.

**1 వ విధానము :**

స్త్రీ- కాళ్ళను ఎడముచేసి, బోర్లా పడుకుంటే.... పురుషుడు తన అంగమును- చొప్పించవచ్చు. ఇది కాస్త కష్టము గనుక.... స్త్రీ అంగప్రవేశమునకు సహాయము చెయ్యాలి.

**2 వ విధానము :**

మోకాళ్ళమీద పురుషుడు కూర్చోకుండా.... ఆమెకు అటూ-ఇటూ కాళ్ళుంచి, నెమ్మదిగా అంగప్రవేశము గావించి, సున్నితముగా చేయాలి.

అది అభివృద్ధి చెందిన పద్ధతేకాని.... స్త్రీ సహకారము ఉంటేనే....తృప్తి-సౌఖ్యము ఉంటుంది.

**3 వ విధానము :**

స్త్రీ పరుపు చివర కాళ్ళను ఎడముచేసి పరుండగా ... పురుషుడు ఆమె వెనుక మోకాళ్ళాని రతిక్రీడ సాగించు భంగిమ ఇది!

**4 వ విధానము :**

స్త్రీ- ముందుకు వంగియుండగా- పురుషుడు ఆమె తొడలను పట్టుకొని, నిలబడి రతిక్రీడ సాగించుట కనువైన భంగిమ ఇది!

## పురుషుడు- క్రింద, స్త్రీ- పైన ఉండు భంగిమలు:

వెనుకనుండి రతిక్రీడ సాగించుకొనే ఈ పద్ధతి అంత గొప్పగా ఉండదు. పురుషులు వెలికిలిగా పడుకుంటే.... స్త్రీ వెనుకకు తిరిగి, అతని మీద కూర్చొని రతిక్రీడ సాగించు ఈ పద్ధతి చాల మంది అనుసరిస్తారు. ఐతే- పురుషాంగము బయటికి రాకుండా ఎవరో ఒకరు చేతులతో పట్టుకొని జాగ్రత్తపడాలి. కొంతమంది స్త్రీలకు- ఇది హెచ్చు ఆనందము యిస్తున్నది.

**1 వ విధానము :**

పురుషుడు- వెలికిలిగా పడుకుంటే- స్త్రీ అతని అంగమునకు వ్యతిరేకదిశలో కూర్చొని, యోనిలోనికి పురుషాంగమును ప్రవేశింపజేసి రతిక్రీడ సాగించుట కనువైన భంగిమ ఇది! కావాలంటే- ఇంకా ముందుకు వంచి తన తలను అతని కాళ్ళమధ్య నుండి ప్రక్కమీదికి తగిలే దాకా కూడ వంగవచ్చును! ఐతే.... కొద్దిగా కష్టముగా ఉంటుంది.

**2 వ విధానము :**

ఇది మొదటి భంగిమవలెనే ఉంటుంది. పురుషుడు కూడ కూర్చొని ఉండి, రతిక్రీడ సాగించుట ఈ భంగిమలో మార్పుగా గమనించగలరు.

**3 వ విధానము :**

రెండవ భంగిమ మాదిరిగానే- పురుషుడు కాళ్ళు వేళ్లాడేసికొని కుర్చీలో కూర్చొని ఉండి- రతిక్రీడ సాగించుట ఈ భంగిమ ప్రత్యేకత!

## వెనుకనుండి నిలబడి చేయు భంగిమలు :

ముఖాముఖీకంటె- ఇది చాల తేలికైన మంచి పద్ధతి! స్త్రీ- తన యోని పూర్తిగా కనిపించేలా ముందుకు వంగుతుంది. ఏదైనా గట్టి వస్తువును పట్టుకొనికూడ వంగవచ్చు. కుర్చీఐతే- దాని చేతులు పొత్తి కడుపుకు తగలవచ్చును. కాబట్టి— కుర్చీ పనికిరాదు.

**1 వ విధానము :**

స్త్రీ- పూర్తిగా నిలబడి ఉంటుంది. పురుషుడు వెనక నుంచి అంగ ప్రవేశము కోరుతాడు. కాని.... అంత తేలిక కాదిది. ఐతే.... వక్షోజాలు, పిఱుదులు, శరీరమును నిమురవచ్చు. దంతక్షతాలు, ముద్దులు ఉండవచ్చు. చెవులలో. గుస గుస లాడవచ్చు. ఈ విధముగా రసాస్వాదము చేయవచ్చు.

**2 వ విధానము :**

స్త్రీ- తన చేతులను పూర్తిగా నేలమీద ఆనేదాకా వంగి, కాళ్ళను- పురుషుడికి మెలిక వేయవచ్చు. ఇది వ్యాయామ జంటలకే సాధ్యమగును.

ఈ భంగిమలో స్త్రీ ముఖము తఱచుగా నేలకు తగులుట వలన సుఖము ఉండదు. కనుక.... తలక్రింద ఆమె 'ఫోమ్' గాని, బూరుగ దిండుగాని ఉంచుకుంటే సుఖముగా ఉండగలదు. జాగ్రత్త అవసరము!

## వెనుకనుండి రతిక్రీడ సాగించు భంగిమలు :

స్త్రీ-పురుషులు ప్రక్క-ప్రక్కనే పండుకొని; వెనుకనుండి రతిక్రీడ సాగించుటకు అనువైన భంగిమ! ఈ భంగిమలో స్త్రీ వెనుకనున్న దిగువ భాగము అతని కటికి, తొడలకు తగిలి; చాల తృప్తి కలుగుతుంది.

ముఖాముఖి రతిక్రియవలె.... రతి తరువాత కూడ లైంగికావయవాలు విడిపోకుండా ఈ భంగిమలో నిద్రించవచ్చును! ఇది చాల అనుకూల మైనదని ఇందు అనుభవమున్న దంపతులు తెలుస్తారు.

**2 వ విధానము :**

ముందుకు వంగిన స్త్రీ యొక్క దేహము- పురుషుడి శరీరమునకు లంబకోణము చేస్తుంది. ఈ భంగిమయందు రతి సాగించునపుడు భగమందు పురుషాంగానికి వేరే విధమైన రాపిడితో సుఖము కలుగుతుంది. ఇంకా బాగుండాలనుకుంటే.... పురుషుడు కొంచెము వెనక్కి వంగవచ్చు. కాని.... స్త్రీ పురుషుల ముచ్చట్లకు ఇది ఆటంకముగా ఉంటుంది.

**3 వ విధానము :**

1వ విధానమునకు భిన్నముగా.... స్త్రీ- తన కాళ్ళను పురుషుడి కాళ్ళ మధ్యనగాని, కాళ్ళ వెలుపలగాని ఉంచవచ్చు. కాళ్ళను మార్చుతూ ప్రత్యేక అభిరుచిని కలిగించవచ్చును.

## వంతెన విధానములు :

అన్ని పద్ధతులనూ కలుపుతూ.... స్త్రీతో- అన్ని రకాలుగా పురుషుడు రతిక్రీడ జరుపు విధానము గనుక....దీనిని "వంతెన విధానము" అంటున్నారు. అవగాహన గలవారు దీనిని విజయవంతము చేసుకుంటారు. సనాతన విధానాలవలెనే.... ఇది గర్భాధారణకు వీలును కలిగిస్తుంది. దీనిలో 1] ప్రక్క-ప్రక్క, 2] కూసికేద్ (సగము వెనుక సగముముందు) 3] ప్లాన్ క్విట్ (సగము ముఖాముఖి, సగము వెనుక) అను రకాలు గలవు.

**ప్రక్క ప్రక్క విధానములు :**

స్త్రీ వెలికిలిగా పడుకుంటే.... పురుషుడు ఆమె ప్రక్కన పడు కుంటాడు. అప్పుడు ఆమె కావాలనుకుంటే.... కాళ్ళను గాలిలోకి లేప వచ్చు. అతడి తొడలమీద వేయవచ్చు. అతడు-ఆమెను చుట్టుకొని, వెనుక నుంచి అంగప్రవేశము కోరుతాడు. ఇది మంచి సుఖకరమైన భంగిమ!

1 వ మార్పు :

పురుషుడు వెలికిలిగా పడుకుంటే ... స్త్రీ- అతనిమీద అడ్డముగా కూర్చొని, రతిక్రీడ సాగించుట! ఇది కేవలము మార్పు కోసమేగాని.... సుఖము తక్కువగా ఉంటుంది.

2 వ మార్పు :

పద్ధతి మొదటిదేగాని ... ఇద్దరూ కూర్చుంటారు. కుర్చీపై కూర్చున్న పురుషుని మీద- స్త్రీ కూర్చుంటుంది. పురుషాంగము- ఆమె తొడల మధ్య నుండి భగరంధ్రములోనికి ప్రవేశిస్తుంది. బట్టలున్నా- ఈ భంగిమలో రత్యనుభూతి పొందవచ్చు. మర్మావయవాలు వెలుతురులో కూడా బయటికి కనిపించవు.

కూసేడ్ విధానము :

"కూసేడ్" అనునది ఫ్రెంచ్ పదము! ఈ భంగిమలో పురుషుడు సగము ముందునుండీ, సగము వెనుకనుండీ స్త్రీని ఆక్రమిస్తాడు. అంగ ప్రవేశము వెనుకనుండే జరుగుతుంది. ఈ భంగిమలో- పురుషాంగము- స్త్రీ యోనిలోనికి చాలా లోతుకు అన్ని కోణాలనుండి వెళుతుంది. ఇది అనుభవించి చూడవలసిన ప్రత్యేక భంగిమ!

ప్లాంక్విట్ పొజిషన్ :

"ప్లాన్క్విట్" అనునది ఫ్రెంచ్పదము! అర్ధ వెనుకభాగము ద్వారా రతి చేయుటకు బదులుగా- అర్ధ ముఖాముఖిగా ఉండి, కాళ్ళను- ఆమె కాళ్ళ మధ్య ఉంచి రతి సాగించుట! ఈ పద్ధతియందు స్త్రీ యొక్క యోని శీర్షము- పురుషునియొక్క తొడకు రుద్దుకొనుటవలన- ఆనందము మిక్కుటముగా ఉండగలదు స్త్రీ యొక్క కాలు- పురుషుడి తొడల మధ్య ఉంటుంది గనుక- ఆమె మోకాలును- పైకెత్తితే- అతడికి దెబ్బ తగులుతుంది. కాబట్టి- జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

భంగిమలు- తుది గమనిక :

రకరకాల భంగిమలతో రతి సుఖము పొందవచ్చును కాని.... వెన్నెముక, కటిప్రాంతపు ఎముకలలో నొప్పి ఉన్నవారికి సామాన్య విధానమే శ్రేయోదాయకము! మీరు తెలుసుకున్న ఈ భంగిమలతో రతివలన గొప్ప ప్రేమికులు కాలేరుగానీ.... ఎక్కువ ఆనందమును పొందగలరు. స్త్రీ యొక్క జననాంగ నిర్మాణ రహస్యాలను తెలిసికొని ఉండుట, అనుభవము అన్నిటికంటె గొప్ప! వీటిలో మీరు వెనుకబడి ఉంటే.... మరొక్కసారి మొదటినుండి చివరిదాకా ఈ "పార్ట్-1"ని చదవండి! అవగాహన చేసికోండి!!

# లైంగిక సమస్యలు : (SEXUAL PROBLEMS)

లైంగిక సమస్యలు ఎక్కువగా మానసిక రుగ్మతలవలన కలిగేవే గానీ.... శారీరకముగా కాదంటే ... ఆశ్చర్యముగా ఉండవచ్చుగాని ఇది అక్షరాల నిజము! శారీరక అనర్హతలు చాల అరుదుగా ఉంటాయి. లైంగిక సమస్యలు నివారణకు స్త్రీ-పురుషులు అవి మానసికమైనవని తెలుసుకునేలా చెయ్యాలి! అట్టి విజ్ఞానము అందించాలి. ఎందుకంటే, వారి లైంగిక జీవితము సరిగా సాగక పోవుటకు శారీరక రుగ్మతే కారణమని అధిక శాతము మంది గాఢముగా నమ్ముతారు గనుక!

బ్రిటిష్ వైద్య నిఘంటువులలో నపుంసకత్వానికి కారణములు.... వెన్నుపాముకు- సిఫిలిస్ వలన కొన్నిగ్రంథుల పనిలో లోపమువలన విపరీతమైన లైంగిక కోరికలవలన పురుషాంగ ముందు చర్మము బిగువువలన అని తెలియజేయబడినది ఇవి నపుంసకత్వానికి కొన్ని కారణాలు కాగలవేమోగాని.... కేవలము ఈ కారణాలవలననే నపుంసకత్వము వచ్చినట్టు ఇంతవరకు రుజువు కాలేదు. లైంగిక సమస్యలతో బాధపడేవారు- భార్య-భర్త లిరువురూ వైద్యసలహాలను పొంది, చికిత్స చేయించుకొనుట తప్పనిసరి! ఐతే.... ఈ విషయములో వైద్యుని కేవలము పురుషుడు మాత్రమే

సంప్రదించుట జరుగుతున్నది ఇలా చేయకూడదు. తప్పనిసరిగా దంపతు లిద్దరూ వైద్య సలహాలను పొందాలి.

భార్య యోని-అంగ ప్రవేశమునకు వీలుగా సడలింపబడకపోతే.... భార్యతోపాటు భర్తకూడ దీనిని గురించి క్షుణ్ణంగా తెలిసికోవాలి. ఇలానే శీఘ్రస్ఖలనమయ్యే భర్తకు- భార్య సహాయముచేసి ఆ లోపము తొలగించి, ప్రేమజీవితము గడిపే పద్ధతిని నేర్చాలి. జంటలో ఒకరికి ఒక రకమైన లైంగిక సమస్య ఉంటే... రెండవవారికి- మరొక రకమైన ఇబ్బంది తరచుగా వస్తుంది. లైంగిక క్రీడయందు బిగదీసికొని పోయే లేక యోని ప్రవేశము కష్టమయ్యే స్త్రీ యొక్క భర్త నపుంసకత్వమునకు గురి అయ్యే అవకాశమున్నది.

ఆరోగ్యవంతులైన జంటకు ఏ సమస్యలు రావంటారుగాని.... దీనికి భిన్నముగా జరుగుటకూడ కద్దు! మూడవ పెళ్ళి స్త్రీని పెండ్లాడిన మధ్య వయస్కుడు మొదటిరాత్రి ఆమె యోనిలో అంగప్రవేశము గావించ లేక....విఫలమై...."మొర్రో!" అన్న కేస్‌లు కూడా ఉన్నాయి. ఈ విధ ముగా జరుగుటకు ముఖ్య కారణము "వజినిస్‌మస్ (Viginisymus)" అని శాస్త్రవేత్తలు చాల కేస్‌లలో నిర్ధారించారు.

## లైంగిక సమస్యలు మ్యాజిక్‌లా నయము కావా?:

లైంగిక సమస్యలు మానసిక ఉద్రేకముతో వచ్చే సమస్యలు గనుక ....మ్యాజిక్ మాదిరిగా నయము చేయుటకు కుదరదు. తొలినుండి జీవి తము ఒక క్రమ పద్ధతిలో నడవాలి. "సెక్స్" అంటే.... "అసహ్యము" అని భయపెట్టుట, చిన్నతనములో తీవ్రముగా పరిగణించుటవంటి వాటి వలన వైవాహిక జీవితములో సాధారణముగా కొన్ని సమస్యలను ఎదుర్కొ వలసి రావచ్చును. ఒక బిడ్డ తల్లి దండ్రులతో సత్సంబంధము, ప్రేమ లేక భయములేని సంబంధము కలిగి ఉంటే.... ఆ బిడ్డ పెద్దయ్యాక.... ఎన్నో సమస్యలను ఎదుర్కొవలసి ఉంటుంది. వీటి నిర్మూలనకు డాక్టర్ భార్యా భర్తలతో- చాలాసారులు కొన్ని నెలలపాటు చర్చించవలసి ఉంటుంది.

చాలమంది కోరుకునేటట్టు- క్షణములోనో, ఒక ఆపరేషన్‌తోనో నయముకావు లైంగిక సమస్యలు ! ఫలానావారు ఒక్కసారిగానే నయము చేసారని కొందఱు చెప్పవచ్చు. వారు చేసిన హెచ్చు డబ్బుఖర్చు- వారికి ఆ భావము కలిగిస్తుంది తప్ప.... సంభవముకాదు. లైంగిక చికిత్స- కొన్ని వారాలు, నెలలూ పట్టవచ్చు.... అదీ నిపుణుడైన డాక్టర్ ద్వారా !

'మాస్టర్స్ & జాన్సన్'లు ఈ రూపొందించిన వైద్య విధానాల ద్వారా భర్త లేక భార్య హాస్పిటల్‌నందు లేకుండానే.... ప్రపంచ వ్యాప్తముగా వైద్యులు లైంగిక సమస్యలను వైద్యులు నయము చేస్తున్నారు.

వైవాహిక లైంగిక సమస్యలు ఈరోజు సామాన్యమైనవై పోయాయి. అమెరికాలో కనీసము 50% లైంగిక సమస్యలు వైవాహిక జీవితములో అవిర్భవిస్తున్నాయి బ్రిటన్‌లో 25 సం॥ల॥ యువకులలో 57% లైంగిక కలిగినట్లూ, అందులో 2% మంది మాత్రమే డాక్టర్ సలహా పొందినట్లూ నవీన పరిశోధనలలో తేలింది.

## ఆడవారికి లైంగిక మానసిక సమస్యలు :

### 1] వజినిస్‌మస్ (VIGINISMUS) :

"వజినిస్‌మస్" అంటే.... సంపర్క సమయములో- స్త్రీ యోని ముఖద్వార కండరాలు బిగదీసికొనిపోవుట ! దీనికి ఆమె ఏమీ చేయలేదు. అసలు అలా జరుగుతుందనికూడా ఆమెకు తెలియదు. పాపము ! "తన భగరంధ్రము ఇఱుక"నీ, "బాధాకరమ"నీ, "ఏదో అడ్డు తగులుతుంద"నీ అందుకనే పురుషాంగప్రవేశమును అటకాయిస్తున్నద"నీ ఆమె భావిస్తుంది. కండరాల బిరుసువలన, యోని యందు తడిలేక పోవుటవలన కొన్ని సారులు ఇలా కొంతమంది స్త్రీలకు జరుగవచ్చును. ఐతే.... మానసిక కారణాలవలననే ఇది ఎక్కువ! కుటుంబ సంక్షేమ కేంద్రమునకు రకరకాల లైంగిక సమస్యలతో జంటలు వచ్చుట ఇప్పుడు జరుగుతున్నది. స్త్రీలలో- 'వజినిస్‌మస్', "ఫ్రిజిడిటి;" పురుషులలో నపుంసకత్వము, శీఘ్ర స్ఖలనము సర్వసామాన్యమై పోయినవి.

అమెరికా లైంగిక వైద్య నిపుణులు 'మాస్టర్స్ & జాన్సన్'డీలు- "రెమేడ్ వుడ్‌లాగ లైంగిక సమస్యలు తీరవు. ఐతే.... కొన్ని మానసిక సమస్యలు మాత్రము మంచి పుస్తకాలు చదివితే తీరుతాయి" అని చెప్పారు.

"స్వల్ప సమస్యలున్న స్త్రీ పురుషులు- వారంతట వారే నివృత్తి చేసికోగలరనీ, పెద్ద సమస్యలైతే.... సెక్స్ శిక్షణ పొందియున్న డాక్టర్‌ను సంప్రదించి, తీర్చుకోగలర"నీ ఈ చర్చిస్తున్న అంశముద్వారా- మీరంతా గ్రహించగలరు.

## స్త్రీల మానసిక సమస్యలు :

చిన్నతనములో- "సెక్స్" అంటే భయంకరమని తెలిసికొని ఉండుట, సెక్స్‌ను- గురించి తక్కువలో తక్కువ తెలిసికొని ఉండుట, తల్లిదండ్రుల స్వేచ్ఛలేని అధిక క్రమశిక్షణ- వంటివి స్త్రీ లైంగిక సమస్యలకు ప్రధాన కారణము! ఇందువలన 'సెక్స్‌ని గురించి మాట్లాడుకోకూడద"నీ ఆమె బిడియపడుతుంది.

బాలికగా ఉన్నప్పుడు- అమ్మలక్కలు చెప్పుకొనే మాటలవలన.... "పురుషుడి చేతులలో స్త్రీ భయంకర బాధ అనుభవిస్తుంద"నీ, "యోని బిగువైన, ఇరుకైన మార్గమ"నీ, "భర్త బలవంతముగా అంగమును యోనిలోనికి ఎక్కిస్తాడ"నీ, "పిల్లలు పుట్టేటప్పుడు మరీ ఆ బాధ దారుణముగా ఉంటుంద"నీ ఇలా.... అభిప్రాయమును స్థిరపరచుకొని గజగజలాడుతుంది. యుక్త వయస్సులో బహిష్టును చూచి భయపడినవారు కోకొల్లలుగా ఉన్నారంటే అతిశయోక్తి లేదు.

అంగప్రవేశమును గురించి భయపడే వారిని- లేడీ డాక్టర్ ఉపాయముగా పరీక్ష సమయములో తన చేతి వ్రేలిని ఆవిడ భగరంధ్రము లోనికి పోనిస్తే ద్రవము ఊరుట ప్రారంభమౌతుంది. తన వ్రేలిని తీసేసి, ఆ భయపడే స్త్రీని "నీ వ్రేలు పెట్టుకొని చూడమ్మా" అంటే- ఆవిడ అలా చేసి, తన యోని పురుషాంగమును ఇముడ్చుకోగలదని తెలిసికొని, భయమును వదలి, భర్తతో మెల్ల మెల్లగా రతికి సిద్ధపడిన సందర్భాలు అనేకము ఉన్నాయి.

## ఫ్రిజిడిటి (FRIGIDITY = జడత్వము) :

"ఫ్రిజిడిటి" అంటే.... స్త్రీకి- రతి యెడల, ప్రేమకలాపము యెడల విముఖత" అని లైంగిక వైద్య నిఘంటువులు చెప్పుచున్నవి. "జడత్వము, స్తబ్ధత, అతిశీతలము" అని భాషా నిఘంటువులు తెలియజేయుచున్నవి.

ప్రస్తుతము మనము చర్చిస్తున్న అంశాన్నిబట్టి 1] లైంగిక పరాకాష్ఠను పొందకపోవుట, 2] రతిని గురించి మానసిక అసంతృప్తికి లోనగుట, 3] రతి క్రీడపట్ల ఏ విధమైన ఆసక్తిని చూపకుండా వున్న స్త్రీకి ఈ పదము అన్వయిస్తుంది.

ఒక స్త్రీ "ఫ్రిజిడ్" అంటే...."లైంగిక సంపర్కముపట్ల విముఖత కలద"ని గానీ, "ప్రేమించతగినది" అని కానీ భావించరాదు. లైంగికతను వ్యక్తపఱచుటకు ఆమె తీవ్రముగా ప్రయత్నించే సందర్భాలు అనేకము వుండవచ్చును. కాబట్టి ఫ్రిజిడిటికి సరైన కారణాలను వెదకాలి.

"ఫ్రిజిడ్" అంటే.... 'క్లిటోరిస్'లోగాని, భగరంధ్రములోగాని ఏదో లోపము వున్నట్లు కాదు. పరాకాష్ఠ చెందని చాలమంది భార్యలు- "భగరంధ్రమునకు సరైన నాడి ఉత్తేజ పడలేద"నీ, "క్లిటోరిస్ ఎత్తుగానో, తక్కువగానో వుంద"నీ తలుస్తారు గాని.... అది కేవలము అపోహ మాత్రమే! శారీరకముగాగానీ, భౌతికదుపుకుగానీ సంబంధించినది కాదు. ఇది కేవలము మానసిక లైంగిక రుగ్మతయని మరొక్కసారి రూఢి చేసికోండి!

## 'ఫ్రిజిడిటి' - నివారణ :

ఒక స్త్రీకి 'ఫ్రిజిడిటి' వున్నది. ఎంత ప్రయత్నించినా.... ఆవిడకు భావప్రాప్తి అయ్యేదికాదు. ఆవిడ పరాకాష్ఠకు, రాబోయే సమయములో- భర్త భావప్రాప్తిని పొంది, ఆమె గురించి ఆలోచించకుండా కూర్చునేవాడు. నపుంసకత్వమున్న పురుషుడిలా.... ఆ స్త్రీ తనను తాను ఉద్రేకపఱచుకొన్నా.... ఫలితము శూన్యము! ఇదే విషయము ఆమె డాక్టర్‌తో చెప్పి బావురుమంది. వైద్యుడు ఆమె కేస్ విని, శారీరక లోపము లేదని తెలిసికొని, పడకవేళ మానసిక ప్రశాంతత కొఱకు అంత తీవ్రము కాని 'మానసోల్లాస ద్రవము' ఇచ్చాడు (ద్రాక్షసారాయి కొందఱికి మంచిది).

ఆ తరువాత డాక్టర్ ఆమె భర్తయొక్క పరిస్థితిని తెలుసుకున్నాడు. ఆ భర్తకు శీఘ్రస్ఖలనమున్నదనీ, కాబట్టి....భార్యను తృప్తి పరచలేక పోతున్నాడనీ తేలినది. అంతేగాక.... భార్యను శారీరకముగా ఉద్రేకపరచు పద్ధతులు కూడ తెలియనివాడని డాక్టర్ గమనించాడు. అతనికి వక్షోజాలు, క్లిటోరిస్, భగరంధ్రమువంటి వాటిని- వ్రేలితో నాలుకతో ఉద్రేకపరచు పద్ధతులను చెప్పాడు- డాక్టర్! అంగస్తంభనకు చేయవలసిన ప్రక్రియలను, స్ఖలనము ఆలస్యమయ్యే పద్ధతులను ఆవిడకు చెప్పాడు. ఆ తరువాత అతడు 15-20 ని॥లపాటు రతి సల్పగల సామర్థ్యమును పొందగలిగాడు. అపుడపుడు- భార్య పరాకాష్ఠ చెందనప్పుడు తన వ్రేలిని ప్రయోగించి, ఆమెకు- 10 సెకన్‌లలో 'భావప్రాప్తి'ని కలిగించగలిగాడు!

ఇలాంటివారు మిలియన్‌ల సంఖ్యలో వున్నారు. వారి దోషము వలన గాక.... భర్తల చేతగానితనము వలన బాధపడుతున్న స్త్రీలు చాల మంది ఉన్నట్లుగా అనేక పరిశోధనలలో రుజువైనది.

పురుషుడు ఎంత రతి సామర్థ్యమును కలిగి ఉన్నా.... కొంతమంది స్త్రీలు పరాకాష్ఠ పొందలేకపోతున్నారు. ఇందుకు వారు పెంచబడ్డ తీరే కారణము! కొందరైతే.... పడకమీదికి రావడానికే.... వణకిపోతారు. ఇటువంటి వారిని లేడీ డాక్టర్‌కు చూపించుట మంచిది. వారికైతే.... మర్మము లేకుండా చెప్పుకొనుటకు స్త్రీలు జంకరు. సిగ్గుపడరు యోని- ద్రవీభవించి, పరాకాష్ఠ చెందుట సరైనదని లేడీ డాక్టర్ వారికి నమ్మకమును కలిగిస్తే సమస్యలు మబ్బులా విడిపోతాయి. ఆ తరువాత ట్రీట్‌మెంట్ ఎన్నాళ్ళు జరిగినా....ఫరవాలేదు.

## రతిలో పురుషుల లైంగిక-మానసిక సమస్యలు :

ఈ చర్చించే విషయాలవలన స్త్రీ-పురుషులు వారి లైంగిక సమస్యలు కేవలము మానసిక గ్లానివలననేగాని, శారీరక రుగ్మతవలన కాదని తెలిసికోవచ్చును. బాల్యము నుండి వారు పెరిగిన వాతావరణము, మానసిక స్థితులే లైంగిక సమస్యలకు మూలమౌతున్నాయి.

బహుశః "లైంగిక విషయముఃకు గుఱించి మాట్లాడడమే పాప మ"నే ఛాందస వాదులైన కుటుంబమునుండి ఆ స్త్రీ లేక పురుషుడు వచ్చినా- "లైంగిక అవయవాలు అసహ్యకరమైనవి" అని వాళ్ళు విని వున్నా... లైంగిక- మానసిక సమస్యలు తప్పవు. ఈ వాతావరణములో పెరిగినవారు యౌవనారంభములో "ఆరోగ్యకరమైనదైనా.... ముష్టి మైథునము చేసికొనట తప్పు" అని అనుకుంటారు. ఇక సంపర్కము నైతే.... "అమ్మో! పాపము కదూ?" అని బెదిరిపోతారు. ఇలాంటివారికి "మీ భావన తప్పు" అని డాక్టర్ సలహా యిచ్చి, ఆ మానసిక గ్లానికి వైద్యము చేయాలి.

## నపుంసకత్వము (Impotency = రతి దౌర్బల్యము) :

"నపుంసకత్వమం"టే కొద్దిగానో, పూర్తిగానో 'అంగ స్తంభన' లేకపోవుట! చాలమంది దీనిని గుఱించి తప్పుగా అర్థము చేసికొంటారు. పిల్లలు పుట్టకపోవుటను, నపుంసకత్వమును కలగాపులగము చేస్తారు.

ఇది సర్వ సామాన్యమైనదైనా.... "నా సమస్య తీరనిది" అని భావిస్తూ....చాలామంది పురుషులు లోలోపల క్రుంగిపోతుంటారు. ఈ సంఖ్య బ్రిటన్‌లో మిలియన్‌లుగా ఉన్నది. కొంతమందికి అపుడపుడు అంగ స్తంభన జరుగదు. ఇంకొంతమందికి అసలు స్తంభనే జరుగకపోవచ్చును. అలసట, అధిక తొందర, ఎక్కువ త్రాగుడు దీనికి హేతువు! ఇంత మాత్రానికే "ఏదో జరిగిపోయింది" అని బెంబేలు పడిపోతారు. దీని వలన అంతగా భయపడవలసిన పనిలేదు. డాక్టర్‌ను సంప్రదించి, వారి సలహాలను స్వీకరించుట మాత్రము అవసరమని గమనించాలి.

ఇలాంటివారు భార్యతో రతిక్రీడ సాగించి, విఫలత నొంది.... "ప్రతిసారీ ఇలాగే అవుతుందేమో...."నన్న జంకును, గుబులును పెంచు కొని, అసలు రతి జోలికే పోరు. "నేనంటే ఆయనకి ఇష్టము తప్పింది" అని భార్య మధనపడి, మనసు పాడుచేసికొంటుంది. పొరపాటున ఎవ రైనా స్త్రీలు అతణ్ణి గేలిచేస్తే- అతడి మానసిక సమస్య 50 రెట్లు పెరుగుతుంది. కాబట్టి- ఆ విధముగా చేయరాదు.

"మరి విచారణకు మార్గాలేమిటి ?" ఇతర సమస్యల మాదిరిగానే నపుంసకత్వ నివారణకు భార్యాభర్తలు డాక్టర్‌నుగాని, అనుభవముగల మానసిక వైద్యవేత్తనుగాని కలుసుకొని మర్మము లేకుండా సమస్యని చెప్పాలి ఇది శాశ్వత సమస్య కాదని పురుషునికి చెప్పగలిగితే.... అతడు రతిక్రీడను మామూలుగానే చేయగలడు.

'అంగ స్తంభన' జరుగునపుడు స్త్రీ నిస్పృహ చెందకుండా, కంట తడి పెట్టకుండా, తన చేతులతో పురుషాంగమునకు స్పర్శ కలిగించాలి. పురుషుడు వెలికిలిగా పడుకుంటే.... స్త్రీ అతని ఎదురుగా కూర్చుని ఉద్రేకపఱచాలి. అప్పుడు 'అంగ స్తంభన' చక్కగా జరుగుతుంది.

ఈ పద్ధతిలో స్త్రీ ఉద్రేకపఱచుటను చూచిన పురుషుడు- అమిత ఆనందమును పొందగలడు. ఐతే.... పూర్తి ఉద్రేకము పొందని అంగము తో 'మిషనరీ పద్ధతి'లో రతిక్రీడకు పూనుకుంటే.... ఉన్న సామర్థ్యము పోతుంది. పురుషుడికి- పూర్తిస్థాయి ఉద్రేకము వచ్చి, పూర్తి అంగ స్తంభన జరిగిన తరువాత.... రతిక్రీడకు ఉపక్రమించాలి అదీ స్త్రీయే- పురుషుడి మీదికి వచ్చి, ఆమె రతిక్రీడను నిర్వహించాలి. అంగ స్తంభన కఱవైన జంట ఎక్కువ కాలము చికిత్స పొందిన తరువాతే.... దీనికి ప్రయత్నించాలి. స్తంభించిన పురుషాంగమును- స్త్రీ తన వ్రేళ్ళతో పట్టుకొని మెల్లగా భగరంధ్రములోనికి చొప్పించుకోవాలి! అలా చేయకపోతే.... పురుషాంగ స్తంభన తగ్గిపోయినా తగ్గిపోవచ్చును. మెత్తని కుర్చీలో కూర్చొని, రతిక్రీడను గురించి పదేపదే ఆలోచిస్తూ ఉన్నా....ఆ పురుషునికి రోజురోజుకు అంగ స్తంభన పెరుగుతుంది. బ్రిటన్‌లో కొంతమంది వైద్యులు మనస్సుకు ఉద్రేకమును కలిగించు ఇంజక్షన్‌లను- చేతి శిరకు చేస్తున్నారు. ఇలా కొన్ని ఇతర లైంగిక వ్యాధులకూ చేయవచ్చును.

'మధుమేహ వ్యాధి' కొన్ని సమయాలలో 'నపుంసకత్వము'ను కలిగించవచ్చును. రక్తపోటుకు వాడే కొన్ని మందులు కూడా సంపర్కము తరువాత రేతస్సును విడుదల కానివ్వక పోవచ్చును. ఈ పరిస్థితి ఉన్నపుడు వైద్య సలహా ప్రకారము మరొక రకపు మందులను వాడుకొనుట మంచిది.

వృత్తిబీజపు ఆపరేషన్ సమయములో లైంగిక నాడులు తెగే అవకాశము ఉన్నందున శారీరక నపుంసకత్వము రావచ్చును. మూత్రాశయము తొలగించుట, పెద్దప్రేగు కొంత తీసివేయుట వంటి వాటివలన నపుంసకత్వము ఏర్పడే అవకాశము ఉన్నవి. ఇట్టి పరిస్థితులలో మూత్ర వైద్యుని (యూరోలాజికల్ స్పెషలిస్ట్) సలహా అడిగితే.... వారు అంగ స్తంభన కలుగుటకు ప్లాస్టిక్ పరికరమును అమర్చవచ్చును.

## శీఘ్రస్ఖలనము (PREMATURE EJACULATION) :

అంగప్రవేశము చేసిన వెంటనే స్ఖలనము జరుగుటను- "హెయిర్ ట్రిగ్గర్" అని అంటారు. అధిక కామము, ఎక్కువ ఆతృత ఉండుటవలన ఇలా జరుగవచ్చును. దీనికి కొంతమంది 1, 2 పెగ్గులు మద్యము సేవించి పరాకాష్ఠకు ఆపుకొని, లైంగిక క్రియను పొడిగింప జేసికొన్నవారు కూడా వున్నారు. తక్కువ మోతాదులో 'మానసోల్లాస ద్రవము' (రతికి గంట ముందు) వాడి, డాక్టర్లు ఇచ్చే 'యాంటీ డిప్రెషన్ పిల్స్' వాడి కొంత మంది మంచి ఫలితము పొందారు. ఇంకొంతమంది తమకు ఇష్టమైన ఇతర విషయాలను గుర్తు చేసికొని, సంపర్కమునకు ముందు 'యాన్ ఈస్థటిక్ ఆయింట్‌మెంట్'ను అంగమునకు వ్రాసికొని 'భావప్రాప్తి' సమయమును పొడిగించు కొన్నవారూ ఉన్నారు. ఐతే.... ఇవన్నీ అధికముగా శీఘ్రస్ఖలనము అయ్యేవారికి తోడ్పడవు. ఈ మానసిక రోగ నిర్మూలనకు- వైద్య చికిత్స అవసరము!

శీఘ్రస్ఖలన నివారణకు- 'మాస్టర్స్ & జాన్సన్'లు అభివృద్ధి చేసిన 'వైద్య టెక్నిక్స్' బాగా ఉపయోగపడతాయి. 'హ్యూమన్ సెక్సువల్ ఇన్ యడిక్వసీ' నేపథ్యములో- ఈ టెక్నిక్స్‌ను రూపొందించుట జరిగినది.

ఈ వైద్య టెక్నిక్స్‌లో ముఖ్యముగా జంటలు కొన్ని వారాలపాటు లైంగిక క్రియలను ఆపుకోవలసి ఉంటుంది. లైంగిక ఆనందము కావాలనుకుంటే ... భార్య భర్త అంగమును ఉద్రేకపరచుటను తప్పక నేర్చుకోవాలి. అతడు పరాకాష్ఠ పొందే ప్రతిసారీ ఆమెను హెచ్చరిస్తే.... ఆమె పురుషాంగమును- ఒక ప్రత్యేక పద్ధతిద్వారా పట్టుకుంటే.... స్ఖలనము ఆగుతుంది. మరల మరల సెకన్ల తేడాతో ఇలా చేస్తుంటే....

*శీఘ్రస్ఖలనము నివారించబడుతుంది ఇలా కొంతకాలముపాటు చేస్తే.... ఆ వ్యాధికి అది వైద్యముగా పరిణమిస్తుంది.

**ముఖ్యాంశము :**

ఒకాయన రెండవ పెళ్ళి చేసికొని.... "తను నపుంసకుడన"ని తెలిసికొన్నాడు. అతడు ఆ విషయమును ఒక 'క్వాక్ వైద్యుడి'కి చెప్పగా.... "39 సం॥ల వయస్సులో అది సహజమే! ఏమీ చేయలేను" అన్నాడట! ఇంకేముంది? నిస్పృహ, నిరాశ, వేదనలు అతనిని పిండివేస్తున్నాయి. అనుకోకుండా... ఒకసారి ఒక 'జనరల్ ప్రాక్టీషనర్'ని కలుసుకున్నాడు. ఆ డాక్టర్ ఇచ్చిన సలహాలు, అతని సాహచర్యముతో - అతనికి మానసిక ధైర్యము కలిగింది. తదుపరి ఆ దంపతులు రతి సౌఖ్యమును పొందగలిగారు మొదటి క్వాక్ వైద్యునికి- 'లైంగిక పరిజ్ఞానము' లేనందున.... ఏదో చెప్పాడు

లైంగిక సమస్య వస్తే.... ప్రయత్నము మొదటి అంకముతోనే వదలకూడదని పై దృష్టాంతము వలన రుజువైనది కదా!

**పార్ట్ - 1 ముగింపు :**

"కామక్రీడ భయంకర జంతువ"నీ, "అదుపాజ్ఞలలో దానిని ఉంచాల"ని సనాతనులూ; "లైంగిక స్వేచ్ఛ కావాల"నీ, "కట్టుబాట్లు ఉండకూడద"ని ఆధునికులూ అంటున్నారు. "మనము అటూ-ఇటూ ఊగిసలాడకుండ.... ఇరువురిలోని మంచిని మాత్రమే స్వీకరించాల"ని వైద్యశాస్త్రవేత్తల అభిప్రాయము!

---

* "శీఘ్రస్ఖలనము" వంటి కొన్ని మానసిక, శారీరక సెక్స్ లోపాలకు- డా॥ A. ప్రభాకర్‌బాబు, M. B; B S; F.C.I P., I.A S. E.C.T. గారి.... "సెక్స్ సైన్స్ (వెల : Rs. 18-00)", "సెక్స్‌పవర్ (వెల : Rs. 20-00)," "సెక్స్ ఎడ్యుకేషన్ (వెల : Rs. 20-00)" అను గ్రంథాలను చూడగలరు. ప్రతులకు - "జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి-522 201" కి కావలసిన పుస్తకాల వెలను M.O. చేయగలరు

కాబట్టి.... సెక్స్‌ను- ఒక వినోదము, ప్రమోదముగా మనము గమనించి, వైద్యులు చెప్పినట్లే పరిగణిద్దాము! "రతి దుఃఖభరితమం" టారు కొంతమంది! ఇంకొంతమంది ఇంకేవో వల్లిస్తారు. "ఆ విధానాలు శాస్త్రీయము కాద"ని మీరంతా గ్రహించి, లైంగిక వైద్యులు చెప్పిన పద్ధతులనే అనుసరించండి!

"అసలు 'లైంగిక క్రీడ' ఎటువంటిది?" "మానసిక శారీరక సౌఖ్యా నందాలను కలిగించు అద్భుత క్రీడ!" నేరుగా హృదయమునుండి ఉబికి, ఉల్లాసమును కలిగిస్తుంది. సంతసాన్నీ, సౌఖ్యాన్నీ, తీయ తీయని అను భూతులనీ, సులివెచ్చని హాయినీ, పలు 'పులకింత'లనీ, మానసిక మధు రోహాలనీ ఇస్తూ ... ప్రపంచమును మఱపించి, మురిపించగల మహత్తర శక్తి-రక్తి ఈ 'కామకేళి'కి వున్నది.

"ప్రేమ (రతి) లేనిది- ప్రపంచములేదు, మానవాళిలేదు, మనుగడ లేదు" అని తెలుసుకున్న ప్రతివారూ పెక్కేండ్లు ప్రేమలు పూయిస్తూ.... ఆనందమును ఆస్వాదిస్తూ జీవింతురుగాక!"

ఇంతవఱకు ప్రపంచ ప్రఖ్యాత శాస్త్రవేత్తల పరిశోధనల ననుస రించి "లైంగిక విషయ విశ్లేషణ'లను గూర్చి చర్చించుకొన్నాము. ఇక పైన 'పార్ట్-2' లో 'హోమియో వైద్య' పద్ధతులను అనుసరించి... వివిధ మానసిక శారీరక 'సెక్స్ సమస్య'లకు మందులు, సలహాలు, సూచనలను గుఱించి తెలిసికొందాము!

---

# సెక్స్ & హోమియో

## పార్ట్ - 2

## వివిధ మానసిక - శారీరక లైంగిక లక్షణాలు

## హోమియో వైద్య చికిత్సలు

### హోమియో వైద్య ప్రశస్తి

సెక్స్ విషయములో అజ్ఞానముతో యువతీ-యువకులు, వయోధికులు అనుభవించే మానసిక, శారీరక వ్యాధులు :-

ముఖ్యముగా జననేంద్రియముల విషయములో వున్న భ్రమలను ఆసరాగా తీసికొని.... "సుఖవ్యాధుల నిపుణులము" అంటూ ఎందతో ధనార్జన కొరకు 'ఎడ్వర్టైజ్‌మెంట్స్' ఇస్తూ.... ప్రజలను మోసగిస్తున్నారు. ఇలాంటి 'క్వాక్ (Quack)' వైద్యుల ఆట కట్టించుట కొఱకూ, హోమియో మందులవలన సుఖవ్యాధుల నుండి అనేకమంది విముక్తి పొంది వుండుటవలన.... ఆ హోమియో గొప్పతనమును అందఱూ తెలిసికొనుట కొఱకూ.... ఈ పుస్తకము చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది. హోమియో వైద్య విధానములో- నిష్ణాతులైన.... డా॥ కెంట్, డా॥ నాష్, డా॥ హేరింగ్‌ల అనుభవ సారమును ఈ పుస్తకములో పొందుపఱచుట జరిగినది. 'డా॥ హానిమాన్' విజ్ఞానగని యందలి కొన్ని ముఖ్య అంశాలను ఇందు పొందుపఱచుట ఈ పుస్తక ప్రత్యేకత! వీటన్నింటి ప్రయోజనమును- మీరు పొంది- అంటే.... వ్యాధులనుండి విముక్తి పొంది; సమాజమునకును- హోమియో వైద్య విజ్ఞానమును అందించగలరని ఒక వైద్యునిగా ఆశిస్తున్నాను!

హోమియో వైద్య పద్ధతి ప్రకారము- ఏ కొందతో తప్ప.... ప్రపంచ జనాభాలో చాలమంది అందరూ 'సోరా' వ్యాధి పీడితులే! "మానవుడు మనసు యొక్క ప్రతిబింబము" అన్నారు- టాగూర్ మరియు హానిమాన్! 'మానవుడి ప్రవర్తన' బాహ్యప్రపంచము దృష్ట్యా- ఒక రకముగాను, తన మానసికముగా లైంగిక విషయములో మరొక రకముగా వుంటున్నది. "నేరప్రవృత్తి, వ్యభిచారము, దొంగతనము, అలవాట్లు" అనునవి ఖాయముగా మానసిక బలహీనతలే! వీటిని వేదాలు- "పూర్వ జన్మ సుకృతాలం"టే, వైద్యశాస్త్రము "గ్రంథులు, మెదడు మొ॥ వాటి వికృత పరిణామాలం"టున్నది.

ఋషులంతటివారు కోర్కెల ఒత్తిడికి పప్పులో కాలువేసి, భంగపడ్డారు. కనుక.... కాలు జారినంత మాత్రాన ఎవ్వరూ కించపడనవసరములేదు. సిగ్గు పడవలసిన పనీలేదు. ఈ పుస్తకములోని సూచనలను ఆచరించండి! మందులు వాడండి!! "పూర్తి నివారణ కలగలేదు" అనిపిస్తే.... హోమియో వైద్యుని సంప్రదించండి!!! ఐతే.... జరిగిన పొరపాటును సవరించుకోండి! అదే మానవత!!

ఈ పుస్తకములో సూచించిన మందులవలన- లైంగిక సంబంధ లోపములకు నివారణ కలుగుతుంది. ఐతే.... ఈ పుస్తకము పరిమితి కలది. పూర్తి విజ్ఞానమును పొందగోరేవారు- 'మెటీరియా మెడికా' తప్పక చదవాలి.

## మందులను ఎన్నుకొనుటకు అనుసరించవలసిన అనుసరించాల్సిన ప్రాథమిక సూచనలు :

1] ఈ పుస్తకములోని మందులు అన్ని హోమియో స్టోర్స్‌లో లభిస్తాయి. ఇవి మదర్ టించర్, పొటెన్సీ (డైల్యూషన్) పౌడర్స్, టాబ్లెట్స్ రూపములో దొరుకుతాయి.

2] a) మదర్ టించర్ (దీనికి "Q" గుర్తు ఉపయోగిస్తారు.) దీనిని కొన్ని చుక్కలు మంచి నీటిలో కలిపి త్రాగాలి.

b) డైల్యూషన్; ఈ రూపములో ఉండే మందులను 'గ్లోబుల్స్' మాత్రలతో కలిపి వాడాలి.

c) హోమియో మందులు 5 ml, 10 ml, 15 ml, 5 గ్రా॥, 10 గ్రా॥, 15 గ్రాములుగా లభిస్తాయి. పూర్తి వివరాలు షాప్‌ల వారినుండి తెలిసికోవచ్చును.

d) 'మదర్ టించర్' తప్ప.... మిగిలినవన్నీ పొటెన్సీ రూపములో 30-C, 200-C, 1-M (వెయ్యి), 10-M (10 వేలు) శక్తి గలవి దొరుకుతాయి. ఉపయోగించే పద్ధతినిబట్టి తీసికోవాలి.

e) 30-C, 200-C లో వాడుకొనుట మంచిది. పెద్ద పొటన్సీలు వాడాలంటే.... సీనియర్ వైద్యుల సలహా పొంది తీరాలి.

3] మందులు వాడునపుడు పథ్య-పానముల వివరాలు :

a) మందు వాడే సమయానికి ముందు ఒక గంట, మందు వాడిన తరువాత ఒక గంట వరకు కాఫీ, టీ వంటి ఘాటు పానీయములు-పదార్థములు తీసికోకూడదు. పొగ త్రాగకూడదు.

b) మసాలా దినుసులు, ఉప్పు, కారము తగ్గించి వాడాలి.

c) మందులకు- వాసనలు, సూర్యరశ్మి, తేమ వంటివి తగులరాదు.

d) మందులను పిల్లలకు అందకుండా జాగ్రత్తగా ఉంచాలి.

## మందుల మోతాదు- వాడు విధానము :

పిల్లలకు– 1 లేక 2 మాత్రలు; మధ్యవయస్సువారికి, యౌవనులకు 3 నుండి 5 మాత్రలు వాడవచ్చును.

వ్యాధి లక్షణాలు తీవ్రముగా ఉంటే.... 3 గంటల కొక మోతాదు చొప్పునగానీ, గంటకొక మోతాదు చొప్పునగానీ వాడవచ్చును. దీర్ఘ వ్యాధులకు– రోజుకు 1-2 మోతాదుల చొప్పున వాడవచ్చును.

ఎందరో నిపుణుల అనుభవాలు ఈ పుస్తకములో ఉన్నవి. వాటి ఆధారముగా మీ అనుభవముతో సరిచూచుకోండి!

'హోమియో వైద్య విజ్ఞానము'ను మరింత పెంపుచేసికొనగోరు వారు- నాచే వ్రాయబడిన "హోమియో వైద్యము-1 (వెల: Rs. 20.00)", "హోమియో వైద్యము-2 (వెల Rs. 15-00)" అను గ్రంథములను చూడగలరు (ప్రతులకు- 'జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి–522 201' కి సదరు పుస్తకాల వెలను– M.O. చేయగలరు.)

## మనస్తత్వ లక్షణాలు (Mind Symptoms)

### రతిపై అలక్ష్యము :

తూజా–200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున 15 రోజులు వాడి, మార్పు రాకపోతే.... 1M (వెయ్యి) పవర్‌లో వారానికి ఒక మోతాదు చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి.

### రతిపై ఇష్టము లేకపోవుట :

స్త్రీకి పురుషునిమీద, పురుషుడికి– స్త్రీ మీద ఇష్టము లేకపోతే.... తూజా 1M (వెయ్యి) పొటెన్సీలో– వారానికి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి. ప్రతిరోజూ బైకో– No. 28 టాబ్లెట్స్ కూడ రోజుకి 3 పూటలా 3 మోతాదులు వాడాలి.

### అధిక కామవాంఛ :

హయోశ్యామస్-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున 15 రోజుల పాటు వాడాలి. మార్పు లేకపోతే.... ఒరిగానమ్ 200 రోజుకు 3 సారులు చొప్పున 15 రోజులు వాడాలి. మార్పు ఉన్నా లేకున్నా.... ఫాస్ఫరస్-1M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) వాడాలి. వీటితో పాటు ప్రతిరోజూ సైలీషియా-200, నేట్రమ్‌మూర్-200 రోజుకు 3 సారులు చొప్పున వాడాలి.

**కామేచ్ఛని తట్టుకోలేక పిచ్చి ఎక్కుట :**

టారెంట్యూలా-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్ని రోజుల పాటు వాడాలి.

**తన బట్టలను- ఊడదీసికొనుట, తన జననేంద్రియములను- ఇతరులకు చూపించుట :**

హయోశ్యామస్-200 రోజుకు 2 సారులు చొప్పున 15 రోజులు వాడాలి. తదుపరి వారానికి ఒక్క మోతాదు చొప్పున వెయ్యి పవర్ లో- 3 వారాలు వాడాలి. ఫెర్రమ్‌ఫాస్-200, నేట్రమ్‌మూర్-200 రోజుకి 3 మాత్రలు చొప్పున రెండు పూటలు వాడాలి.

**కామేచ్ఛ ఉన్నా... 'రతి'లో పాల్గొనలేకపోవుట :**

సెలీషియా-200 పవర్ లో రోజుకి 5 సారులు సారికి 3 మాత్రలు (ఒక డోస్) చొప్పున వాడాలి. 15 రోజుల తరువాత వెయ్యి పవర్ లో (మూడు మాత్రలు) ఒక డోస్ వాడాలి. 5 ఫాస్ 5×పవర్ లో ఉదయము ఒక డోస్, సాయంత్రము ఒక డోస్ చొప్పున నెల రోజులు వాడాలి.

**అంగ స్తంభన ఉండి, రతిలో పాల్గొనలేకపోవుట :**

లైసిన్-200 ప్రతి రోజూ, పూటకి ఒక డోస్ చొప్పున రోజుకి రెండు సారులు వాడాలి.

**శాడిస్ట్ తత్వము (Sadism) :**

నక్స్‌వామికా-200 ప్రతి రాత్రి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున 15 రోజులు వాడి, తరువాత కెమోమిల్లా-200 రోజుకు మూడు సారులు చొ॥న 15 రోజులు వాడాలి.

**ప్రేమ కలలు లేక జననేంద్రియ సంబంధిత కలలు :**

ఫాస్ఫారిక్ యాసిడ్-200, నేట్రమ్‌మూర్-200, సైలీషియా-200 వీటిని వరుసక్రమములో రోజుకు 2 సారులు- సారికి 3 మాత్రల చొప్పున

కొంతకాలము వాడాలి. మధ్య మధ్య నక్స్‌వామికా-200 రాత్రిపూట మాత్రలు చొప్పున వాడాలి.

**కోపము వలన స్త్రీలకు- ఫిట్స్ లేక గర్భాశయములో నొప్పి, తల నొప్పి :**

బ్రియోనియా-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున 4 లేక 5 రోజులు వాడాలి.

**జ్ఞాపకశక్తి తగ్గుట మరియు నీరసము :**

కాల్కేరియాకార్బ్-200 రోజుకి రెండుసారులు చొప్పున వారము రోజులు వాడి, 5ఫాస్-6xలో రోజుకి 3 సారులు చొప్పున నెల రోజులు వాడాలి.

**ఇతరులను చంపాలనే కోరిక :**

మెర్క్యూసోల్-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున 15 రోజులు వాడిన తరువాత.... హెపార్‌సల్ఫ్-200 రోజుకు మూడుసారులు చొప్పున 15 రోజులు వాడాలి.

**భర్తను చంపాలనే కోరిక :**

నక్స్‌వామికా-200 రోజుకి మూడు సారులు చొప్పున ఒక నెల రోజులపాటు వాడాలి.

**ఋతు సమయములో 'రతి వాంఛ' ఉంటే :**

మెర్క్యూసోల్-200 రోజుకి మూడుసారులు చొప్పున ఋతు స్రావ మయ్యే ఐదురోజులు వాడి.... తరువాత వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున IM (వెయ్యి) పవర్‌లో నాలుగు వారాలు వాడాలి.

**ఆడవాళ్ళను చంపాలనే కోరిక :**

ఇడిన్-200 పొటెన్సీలో- 4 రోజులపాటు-రోజుకి రెండు పూటలా 5 మాత్రలు చొప్పున వాడి, తరువాత 15 రోజులకు ఒక డోస్ చొప్పున IM (వెయ్యి) పవర్‌లో 3 డోస్‌లు వాడాలి.

**మితముగా మాట్లాడుట (మౌనముగా ఉండుట) :**

స్టాఫిసేగ్రియా- 200 పవర్ లో ప్రతిరోజూ- రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**సెక్స్ ఆలోచనలతో సంధి :**

స్ట్రెమోనియమ్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున వాడాలి. సంధిలో ఉంటే.... బెల్లడోనా-200 ప్రతి 3 గంటలకు 3 మాత్రల చొప్పున కొన్ని డోస్‌లు వాడాలి.

**సెక్స్ ఆలోచనలతో నిద్రలేమి :**

సెపియా-200 రోజుకి మూడు పూటలా 3 డోస్‌లు వాడాలి. ప్యాసిస్ ఫ్లోరా ఇన్‌కార్నేటా' మదర్ టించర్ రూపములో రోజూ రాత్రి 10 బొట్లు తీసికొని, 1/2 ఔన్స్ నీళ్ళలో వేసి, బాగా కలుపుకొని త్రాగాలి.

**సెక్స్ వాంఛలను అణచుట వలన కలిగిన మానసిక వికారాలు :**

కోనియమ్-200 రోజుకి 2 సారులు సారికి మూడు మాత్రల చొప్పున వారము రోజులు వాడాలి. సైలీషియా-200, నేట్రమ్‌మూర్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

**"వ్యాధి తగ్గద"నే మానసిక విచారము :**

ఆర్సనికమ్ అల్బ్-200 రోజుకి మూడుసారులు చొప్పున వాడాలి.

**"ఏదో వ్యాధి ఉంద"ని తలంపు :**

స్టాఫిసేగ్రియా- 200 రోజుకి రెండుసారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. బైకో- No. 28 టాబ్లెట్స్ ఉదయము ఒక డోస్, రాత్రికి ఒక డోస్ చొప్పున వాడాలి.

**జననేంద్రియము మీది బట్టలు తీసేయటము లేక జననేంద్రియ మును ఇతరులకు చూపుట :**

ఫాస్ఫరస్-1 M (వెయ్యి) పవర్ లో 15 రోజులకు ఒక్క డోస్ చొప్పున 3 డోస్‌లు వాడాలి. హయోశ్యామస్-200 రోజుకి రెండుసారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

స్తనాలమీది బట్టలు తొలగించుకొనుట :

కాంఫర్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడుతూ, నేట్రమ్ మూర్-1 M (వెయ్యి) పవర్ లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 డోస్‌లు వాడాలి.

స్త్రీలకు ఆపుకోలేనంతసంభోగవాంచఉంటే (Nymphomania):

విరాట్రమ్ ఆల్బ్-200, ఒరిగానమ్-200, ఫిలాంట్రిన్-200 వీటిని ఒక దాని తరువాత ఒకటి చొప్పున రోజుకి 3 సారులు వాడాలి.

పురుషులలో అమిత సంభోగ వాంఛ (Satyriasis) :

కాల్కేరియాకార్బ్-200, యాసిడ్ఫాస్-200 రోజుకు 2 సారులు చొప్పున రోజు మార్చి రోజు ఒకదాని తరువాత ఒకటి వాడాలి.

అమిత సంభోగ వాంఛ వలన నీరసము :

కెలిడోనియమ్-30, సెలీనియమ్-30, సెలీషియమ్-30 లు వరుస క్రమములో.... ఒకరోజు ఒక మందును 3 పూటలా 3 డోస్‌లు తీసి కోవాలి. రెండవరోజు రెండవ మందు, ఇలా వరుస క్రమములో ఈ 3 మందులను కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

మనసు ప్రియురాలిమీదో, ప్రియుడిమీదో ఉండి; ఏ పనీ చేయ బుద్ధి కాకపోవుట :

ఏంటిమోనియమ్ క్రూడ్–200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడుతూ.... నేట్రమ్ మూర్ వెయ్యి పవర్ లో వారానికి ఒక మోతాదు చొ॥న వాడాలి. నెల తర్వాత ఇగ్నేషియా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ఒక నెల వాడాలి.

శుష్కించుట :

యాసిడ్ ఫాస్-1 M (వెయ్యి) పవర్‌లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడి; నేట్రమ్ మూర్-200, కాల్కేరియా ఫాస్-200 వీటిని రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున వాడాలి.

## కొన్ని లైంగిక వికారాలు

ముద్దాడి కౌగిలించుకుంటే వికారము :

సెబాడిల్లా-200 రోజుకి 2 డోస్‌లు చొ॥న వాడాలి. యాంటిమ్ క్రూడ్-1 M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వేయాలి.

స్త్రీ- స్త్రీనే ప్రేమించుట (Lesbianism) :

లెకెసిస్-200, కాల్కేరియాఫాస్-30 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున ఒక వారము వాడాలి. మార్పు లేకపోతే.... ఫాస్ఫరస్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వేసి, వారము తరువాత సల్ఫర్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వేయాలి.

గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు ఎవరిమీదా ప్రేమ వుండకపోవుట :

ఎకోనైట్-200 రోజుకి 2 డోస్‌లు చొప్పున ఒక వారము వాడి, తరువాత సల్ఫర్-200 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున 3 రోజులు వాడాలి.

బూతు పాటలు, మాటలు లేక ఎప్పుడూ బూతులు తిడు తుండుట :

హయోశ్యామస్-200, కేంఫర్-200 వీటిని రోజుకి 2సారులు చొప్పున వాడాలి.

పాప-పుణ్యాల భీతి లేకపోవుట :

ఎనాకార్డియమ్-200 రోజుకి 2 పూటలా రెండు డోస్‌లు చొప్పున వాడాలి. తూజా-1 M (వెయ్యి) పవర్‌లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 2 వారాలు వాడాలి.

**స్త్రీలకు ఋతుసమయములో విచారము, మూర్ఛ, అస్థిమితము:**

లెకెసిస్-200 వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి. మార్పు రాకపోతే.... ఆర్సనికమ్ ఆల్బ్-200 పవర్‌లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి.

**ప్రతివారిని "ముద్దుపెట్టుకోవాల"నే కోరిక :**

క్రోకస్-200 రోజుకి రెండుసారులు చొప్పున వాడాలి.

**ఇతరులు "తనని ముద్దు పెట్టుకోవాల"నే కోరిక :**

స్ట్రెమోనియమ్-200 రోజుకు 2 డోస్‌ల చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**వ్యభిచార స్వభావము :**

ఏక్టియాస్పికేటా-200 పవర్‌లో రోజుకి రెండు డోస్‌లు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. మధ్య మధ్య సల్ఫర్-1 M (వెయ్యి) పవర్‌లో 3-4 డోస్‌లు వాడాలి.

**ఇష్టము లేకపోవుట (విముఖత) :**

భర్తమీద, పిల్లలమీద ఇష్టము లేనివాళ్ళకు- గ్లోనైన్-200, సెపియా-200 వీటిని రోజుకు 2 సారులు చొప్పున ఒక వారము వాడాలి.

**వివాహ విముఖత :**

లెకెసిస్-200 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున 4 రోజులు వాడాలి.

**స్త్రీకి పురుషుడిపట్ల విముఖత :**

రఫానస్-200 పవర్‌లో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**స్త్రీలంటే స్త్రీకి ద్వేషము :**

పల్సెటిల్లా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**వెన్నెలలో కామోద్రేకము :**

తూజా-200 రోజుకు 3 సారులు చొ॥న కొన్నిరోజులు వాడాలి.

సంభోగము తరువాత బద్దకము :

డైస్కోరియా-200 రోజుకు 2 సారులు చొప్పున కొన్నిరోజులు వాడాలి.

సంభోగము తరువాత జీవితముపై విసుగు :

సైలీషియా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

సంభోగ భయము :

కార్బొఎనిమాలిస్-200 రోజుకి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

స్త్రీని చూచినా, స్త్రీతో మాట్లాడినా శుక్రస్ఖలనము :

కోనియమ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

హస్తప్రయోగము మీద మోజు :

యుస్టిలాగో-200 రోజుకి రెండు డోస్‌ల చొప్పున వాడాలి.

సంభోగ వాంఛ లేకపోవుట :

యాగ్నస్ కాస్టస్‌ను మదర్ టించర్ రూపములో రోజుకి 2 సారుల అర ఔన్స్ నీళ్ళలో 10 చుక్కలు కలుపుకొని త్రాగాలి.

స్త్రీకి సంభోగవాంఛ ఉండక పోవుట (Fregidity) :

యాగ్నస్ కాస్టస్‌ను మదర్ టించర్ రూపములో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ½ ఔన్స్ నీళ్ళలో 10 చుక్కలు కలుపుకొని త్రాగాలి. 1M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడాలి.

మదోన్మాదము :

ఫాస్పరస్-1 M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడి, టారెంట్యులా-200 రోజుకి 2 డోస్‌లు చొ॥న వాడాలి.

## మగవారిలో రతి కోరికలు :

రతి కోరిక అధికమైతే :

ఫాస్పరస్-1 M (వెయ్యి) పొటెన్సీలో ఒక డోస్ వేయాలి. సైలీషియా-200, నేట్రమ్‌మూర్-200 వీటిని రోజుకు 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**రతి కోరిక తగ్గితే :**

లైకోపోడియమ్-200, యాగ్నస్ కాస్టస్-200 వీటిని రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు ఉపయోగించాలి.

## స్త్రీలలో రతి కోరికలు :

**రతి కోరిక ఎక్కువైన :**

మ్యూరెక్స్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి. స్ట్రెమ్మూర్-1 M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వేయాలి.

**అవివాహితులకు, రజస్వలకాని యుక్త వయస్సు వారికి అధిక రతి కోరిక :**

కోనియమ్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వేసి, ప్లాటినమ్ 200 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి.

**బహిష్టు ముందు రోజులలో రతి కోరిక :**

విరాట్రమ్ ఆల్బ్-200 రోజుకు 2 డోస్‌లు చొప్పున ఒక వారము వాడి, తరువాత ఫాస్ఫరస్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వేయాలి.

**బహిష్టు సమయములో రతి కోరిక :**

ఒరిగానమ్-200 రోజుకి 2 మోతాదులు చొప్పున వాడుతూ.... లెకెసిస్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వేయాలి.

**బహిష్టు తరువాత రతివాంఛ ఎక్కువగా ఉంటే :**

హయోశ్యామస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడుతూ.... సల్ఫర్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వేయాలి.

**గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు ఎక్కువ రతి కోరిక :**

యాసిడ్ నైట్రిక్-200 రోజుకి 2 డోస్‌లు చొప్పున 3 రోజులు వాడి, బెల్లడోన్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

స్త్రీ మర్మావయవమునకు- స్పర్శ కలిగినా లేక రాపిడైనా రతి కోరిక :

యూరెక్స్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

తీర్చ శక్యము కానంత రతి కోరిక :

లెకెసిస్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక్క డోస్ వాడితే చాలు!

ప్రసవించిన తరువాత (బాలింతలకు) రతి కోరిక ఎక్కువ :

ప్లాటినమ్-200 రోజుకి 2 డోస్‌లు చొప్పున వాడుతుండాలి.

హస్తప్రయోగము చేసికోవాలనే కోరిక :

జింకమ్‌మెట్-30 రోజుకి ఒక మోతాదు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. జెల్సిమియమ్-200 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున 4 రోజులు వాడాలి.

## వితంతువులకు ఆపుకోలేనంత రతి కోరిక :

ఏపిస్‌మెల్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. ఒరిగానమ్-200 కూడా కొన్ని రోజులు ఈ విధముగానే వాడాలి.

రతి కోరిక వలన (ఆపుకోలేక) హిస్టీరియా వస్తే :

నేట్రమ్‌మూర్-1 M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడి, యాసిడ్ ఫాస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

హిస్టీరియా తెర వచ్చినపుడు :

సిమిసిఫ్యూగా-200 పవర్‌లో ప్రతి 5 ని॥లకు 3 మాత్రలు (ఒక డోస్) చొప్పున తెలివి వచ్చేంత వఱకు ఇవ్వాలి.

## పురుషులకు రతి వాంఛను- అణచుట వలన బాధలు :

తలనొప్పి వస్తే :

కోనియమ్-1 M పవర్‌లో ఒక డోస్ వేయాలి.

**తల వెనుక భాగాన నొప్పి వస్తే :**

స్పైజీలియా-200 పవర్‌లో మూడు డోస్‌లు, శాంగ్వినేరియా-200 పవర్‌లో 3 డోస్‌లు వాడాలి.

**నాడీ మండలము వ్యాధిగ్రస్తమైతే :**

కాలిబ్రోమెటమ్ 200 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**రతియందు తృప్తిలేక బాధలు కలిగిన :**

కాల్కేరియా కార్బ్-1 M (వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వేయాలి.

## రతివాంఛ అణచుకొనుట వలన స్త్రీలకు బాధలు :

**రతి వాంఛ అణచుకొనుట లేక అసంతృప్తి రతివలన కలుగు బాధలకు :**

కోనియమ్-200 రోజుకి 2 డోస్‌లు చొప్పున వాడుతూ, యాసిడ్ నైట్రిక్-1 M లో ఒక డోస్ వేయాలి. కాలీబ్రోమెటమ్-200 కూడా వాడి చూడవచ్చును.

## పురుషుల స్వలింగ ప్రేమ (SODOMY) :

లెకెసిస్-1 M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వేయాలి.

నేట్రమ్‌మూర్-200 పవర్‌లో రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

## స్త్రీ - గర్భము దాల్చి, ప్రసవించు వఱకు మరియు ప్రసవించాక కలిగే మానసిక లక్షణాలు :

**అస్థిమిత ఆందోళన :**

ఆర్సనికమ్ ఆల్బ్-200 పవర్‌లో రోజుకి 2 డోస్‌లు (మూడు మాత్రలు) చొప్పున ఉదయము, రాత్రి వాడాలి.

**తన ఆరోగ్యమును గుఱించి "ఏదో జరుగుతుంద"నే ఆందోళన :**

ఆర్సనికమ్ ఆల్బ్-200 ఉదయము ఒక డోస్, రాత్రికి ఒక డోస్ చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

అయోమయ పరిస్థితి :

నక్స్ మోస్కాటా-200 పవర్‌లో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

హత్య చేయాలని లేక ఆత్మహత్య తలంపు :

ఆరమ్‌మెట్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున వాడాలి.

ఉన్మాదము (పిచ్చి-వెఱ్ఱి) :

బెల్లడోన-200 రోజుకి 3 సారులు వాడాలి!

శరీరము మీద బట్టలు ఉంచుకోక పోవుట :

హయోశ్యామస్-200 రోజుకి 3 సారులు వాడాలి.

మత సంబంధ ఉన్మాదముతో దేవుళ్ళను ప్రార్థించుట :

విరాట్రమ్ ఆల్బ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

ఎవరి మీద ప్రేమ ఉండక పోవుట :

ఎకోనైట్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

కన్నీరు కార్చుతూ ఉండుట :

మెగ్నికార్బ్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున వాడాలి.

తానే గొప్ప వ్యక్తినని గర్వము :

ప్లాటినమ్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున వాడాలి.

మౌనముగా ఉండాలనుకొనుట :

విరాట్రమ్ ఆల్బ్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున వాడాలి.

భవిష్యత్‌ను గుఱించి భయము :

లైసిన్-200 రోజుకి రెండు డోస్‌ల చొప్పున వాడాలి.

గర్భిణికి "మరణిస్తానేమో"నని భయము :

ఎకోనైట్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**గర్భవతికి చనిపోతానేమోనని భయము :**

ప్లాటినమ్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**బాలెంతలకు మరణ భయము :**

కాఫీ-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

**నలుగురిలో ఉండకపోవుట :**

లెకెసిస్-2m (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడి, ఎకోనైట్-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున ప్రతి రోజూ వాడాలి.

**"నాకు వికృత శిశువు పుడుతుందేమో"నని బెంగ :**

తూజా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడుతూ.... కాల్కేరియా ఫాస్-6×, నేట్రమ్‌మూర్-6× వీటిని రోజుకి మూడు డోస్‌ల చొప్పున వాడాలి.

**కోపము, విసుగు ఉంటే :**

కెమోమిల్లా-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున వాడాలి.

**శిశువు- వికృతముగా పుట్టకుండా, మృతశిశువు పుట్టకుండా :**

సల్ఫర్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్‌వేసి, సిమిసిఫ్యూగా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

పైన చెప్పిన లాంటివే ఇంకా చిత్ర-విచిత్రమైన మానసిక లక్షణాలు మనుష్యులకు సంక్రమిస్తుంటాయి. వాటిలో ముఖ్యమైన వాటికే ఈ పుస్త కములో నివారణ ఔషధాలను ఇచ్చుట జరిగినది. ఈ చెప్పినవే కాక.... ఇంకా వచ్చే అదనపు లక్షణాలకు మంచి హోమియో డాక్టర్‌ను సంప్ర దించి, నివారణ ఔషధాలను సేవించవలెను.

## పురుషుల సెక్స్ లక్షణాలు (Male Sex Problems) చికిత్సలు :

**తొడలకు, వృషణాలకు మధ్యన దురద ఉంటే:**

పెట్రోలినమ్-200 పవర్‌లో రోజుకి 2 సారులు సారికి 3 మాత్రల (ఒక డోస్) చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. యాసిడ్ నైట్రిక్-1M

(వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) వాడాలి. స్నానము తరువాత పైపూత మందుగా 'క్యాలెండుల పౌడర్' వ్రాయాలి.

వృషణాల తిత్తికి దురద :

గ్రాఫైటీస్-200 పవర్‌లో రోజుకి మూడు డోస్‌లు మూడు పూటలా వాడి, ఒక వారము ఆగి, 1M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) వాడాలి. పై పూతకు 'క్యాలెండులా పౌడర్' వాడాలి.

శిశ్నము, శిశ్నాగ్రము (గ్లాన్స్), శిశ్నాగ్ర భాగముమీది చర్మము దురదగా ఉంటే :

సోరినమ్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వేయాలి. 'క్యాలెండులా పౌడర్'ను రోజూ పై పూతగా రాయాలి. తగ్గకపోతే.... యాసిడ్ నైట్రిక్-1M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వేయాలి.

చర్మవ్యాధులకు, దురదలకు పై మందులతో పాటుగా ఎఖినేషియాను మదర్ టించర్ రూపములో ఉదయము, రాత్రి 10 చుక్కల చొప్పున అరఔన్స్ నీళ్ళతో కలిపి త్రాగితే.... "నివారణ గ్యారంటీ" అని గమనించాలి.

## నపుంసకత్వము (పురుషులకు- అంగస్తంభన ఉండకపోవుట): (Impotence Treatment)- చికిత్సలు

1] ఈనాడు పురుషులలో 'త్రీవాలోచన (Serius)' ప్రధాన సమస్యగా మారింది. అమాయకత్వము వలన కొందరిలో ఐతే; అతి తెలివివలన ఇంకొందరిలో ఇది చోటుచేసుకుంటున్నది. "ఈ విషయములో స్త్రీల బాధ్యత, సహకారము, విజ్ఞానము ఎంతైనా అవసరమం"టారు ప్రముఖ వైద్యులు! సెక్స్ వ్యాధుల నివారణకు, నపుంసకత్వములోను 'స్త్రీ' ప్రముఖ పాత్ర వహించవలసివున్నది.

'నపుంసకత్వము' వచ్చు రెండు ముఖ్య కారణాలు :

1] సైకలాజికల్ కాజెస్ (Psychological Causes = మానసిక కారణాలు).

2] ఫిజికల్ కాజెస్ (Physical Causes = శారీరక కారణాలు) ఇవి ఫంక్షన్స్ (Functions = అవయవాల పని)కి సంబంధించినవి లేక ఏదైనా వ్యాధికి గుర్తి ఐతే.... తరువాత కలిగే శరీర బలహీనతకు సంబంధించినవి, వయస్సుకు సంబంధించినవి ఇందులో జేరుతాయి. (ఉదా॥ 55 సం॥లు దాటిన వారిలో 'పుంసత్వము' కొద్దిగా తగ్గుట మొ॥వి).

నపుంసకత్వము- శారీరకమైనా, మానసికమైనా భార్య సహకారముతో చికిత్స ప్రారంభించాలి. శారీరకము ఐతే.... పుష్టినిచ్చే ఆహారము, విటమిన్‌లు, ఖనిజ-లవణాలు వాడాలి. రుగ్మతకు సరిపడే మందులూ వాడాలి.

**నపుంసకత్వము శారీరకమైనదా, వృద్ధులలో దీర్ఘకాలికముగా ఉన్నా :**

లైకోపోడియమ్-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ఒక వారము వాడి, తదుపరి ఒక వారము ఆగిన తరువాత దీనినే IM (వెయ్యి) పవర్‌లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి. పై మందుతో పాటు ప్రతిరోజూ అవినాసతివా, డామియానా మందులను మదర్ టించర్ రూపములో ఉదయము 10 బొట్లు, రాత్రి 10 బొట్లు వాడుతూ.... బైకో-No. 28 టాబ్లెట్ 3 పూటలా 5 మాత్రలు (ఒక డోస్) చొప్పున ఒక నెల వాడాలి.

**మానసికమైనదైనా, శారీరకమైనదైనా :**

కెలేడియమ్ సెంగ్‌ను మదర్ టించర్ రూపములో ఉదయము, రాత్రి అరఔన్స్ నీళ్ళలో 10 బొట్లు చొప్పున కలిపి త్రాగాలి వారానికి ఒక డోస్ జెల్సిమియమ్-200 పవర్‌లో వేయాలి. కాలీఫాస్-30, మెగ్నీషియమ్ ఫాస్ 30, కాల్కేరియా ఫ్లోర్-30 వీటిని రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

**పురుషాంగము- చిన్నదిగా వున్నా, చల్లగా వున్నా :**

యాగ్నస్ కాస్టస్‌ను మదర్ టించర్ రూపములో- ఉదయము 10 బొట్లు చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి. లైకోపోడియమ్-1M (వెయ్యి)లో

వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున డోస్‌లు వాడాలి. ఫైవ్‌ఫాస్-12 x టాబ్లెట్స్ రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్నిరోజులు వాడాలి.

**పురుషాంగము స్తంభించినా... గట్టిగా వుండకపోతే :**

కాల్కేరియా ఫ్లోర్-30 లో రోజుకి 3 సారులు చొప్పున వాడుతూ... కెలేడియమ్ సెంగ్‌మదర్ టించర్, అవినాసటివా, మదర్ టించర్, శ్యాలిక్స్ నైగామదర్ టించర్ వీటిని రోజుకి 3 సారులు సారికి 10 బొట్లు చొప్పున నీళ్ళలో కలిపి త్రాగాలి. 5-ఫాస్-12×లో రోజుకి 3 సారులు చొప్పున వాడాలి.

**సంభోగవాంఛ ఉండి, పురుషాంగము స్తంభించకపోవుట :**

ఫాస్ఫరస్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడాలి. వారము తరువాత అర్జెంటుమ్ నైట్రికమ్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడాలి. బైకో No. 16 టాబ్లెట్ రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

**యోనికి- పురుషాంగమును తాకించినా, స్త్రీని కౌగిలించుకున్నా, ముద్దాడినా... పురుషాంగము స్తంభించకపోవుట :**

ఎగారికస్ 30, కెలేడియమ్-20 వీటిని రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. నేట్రమ్‌మూర్-30, ఫైవ్‌ఫాస్-30 వీటిని రోజుకి 3 సారులు వాడాలి.

**సవాయి, సిఫిలిస్ వ్యాధి అనంతర నపుంసకత్వమునకు :**

సిఫిలినమ్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడి, మెర్క్యుసోల్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి. మార్పు రాకపోతే.... అరమ్‌మెట్‌ను వెయ్యి (1M) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడాలి. జకరాండ మదర్ టించర్, అల్‌ఫాల్ఫా మదర్ టించర్‌లను ఉదయము 10 బొట్లు, రాత్రి 10 బొట్లు చొప్పున వాడాలి. నేట్రమ్‌సల్ఫ్-30, కాల్కేరియాసల్ఫ్ 20 వీటిని రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ప్రతి రోజూ వాడాలి,

**సెగ (గనోరియా) తరువాత కలిగే నపుంసకత్వమునకు :**

మెడోరినమ్‌ను వెయ్యి (1M) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడి; తూజా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ఒక నెల వాడాలి. ఏగ్నస్ మదర్ టించర్‌ను రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి. నేట్రమ్ సల్ఫ-30, కాల్కేరియా సల్ఫ-30 వీటిని రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

**ప్రొస్టేట్ గ్రంథి పెద్దది అగుట :**

కోనియమ్-1M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడి, ప్రతిరోజూ కాలీమూర్-30, కాల్కేరియా ఫ్లోర్-30 వీటిని రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

**ఫంక్షనింగ్ లోపము వలన అంటే... ప్రొస్టేట్ గ్రంథి నుండి స్రావము :**

(ఈ స్రావమును కొంతమంది వీర్యమని భ్రమపడుతుంటారు.)

యాసిడ్‌ఫాస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి. స్టాఫిసేగ్రియా-200 కూడా రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి వీటితోపాటు కాల్కేరియాఫాస్ 6×, నేట్రమ్‌మూర్-6×, కాలీమూర్ 6×లను కూడ రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

**స్రావము చుక్కలు-చుక్కలుగా పోతుంటే :**

సెలీనియమ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

**ప్రేమ తలపుల వలనగానీ, యువతితో మాట్లాడినపుడుగానీ, పురుషాంగము స్తంభించినపుడుగానీ, ప్రొస్టేట్ గ్రంథినుండి స్రావము వస్తున్న :**

నేట్రమ్‌మూర్ 30 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్నిరోజులు వాడాలి. యాసిడ్ ఫాస్-1M (వెయ్యి) లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి. కాల్కేరియా ఫాస్-6×, పైలీషియా-30 వీటిని రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

**మలవిసర్జన సమయములో- పురుషాంగము నుండి స్రావము 2-3 చుక్కలు పడుట :**

యాసిడ్‌ఫాస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి. నక్స్‌వామికా-.00 పవర్‌లో ప్రతి రాత్రి 1 డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. బైకో-No. 28 మాత్రలు రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

**మూత్రవిసర్జనకు- ముందు-తరువాత పురుషాంగము నుండి స్రావమైతే :**

సోరినమ్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడి; రోజుకి 2 సారులు సారికి 3 మాత్రల (ఒక డోస్) చొప్పున హెపార్‌సల్ఫ్-200 కొన్నాళ్ళు వాడాలి. నే టమ్‌మూర్-30, కాల్కేరియాఫాస్-30, సైలీషియా-30 వీటిని రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి.

**స్త్రీని- కౌగిలించుకొన్నా, ముద్దు పెట్టుకొన్నా... పురుషాంగము నుండి స్రావమైతే :**

నేట్రమ్‌మూర్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడి, అల్‌ఫాల్ఫా మదర్ టించర్‌ని రోజుకి రెండు డోస్‌లు; డోస్‌కి .0 బొట్లు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. మధ్య మధ్య సల్ఫర్-200 ఒక డోస్ వాడాలి.

**ప్రొస్టేట్ గ్రంథి స్రావము వలన కలుగు కాళ్ళతీత, నిస్త్రాణకు :-**

సెలీనియమ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. ఫైవ్‌ఫాస్-6× లో రోజుకి 3 సారులు చొప్పున వాడాలి. నేట్రమ్‌మూర్-12×లో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

**పురుషాంగము స్తంభించినపుడు- మూత్ర విసర్జన నాళములో నొప్పి :**

యాసిడ్ నైట్రిక్-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ఒక వారము వాడి, తరువాత తూజా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు

వాడాలి. నేట్రమ్‌సల్ఫ్ 30 సైలీషియా-30 లను రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి.

పురుషాంగము స్తంభించినపుడు గాని, మూత్రము పోసేటపుడుగాని- నొప్పి-మంట ఉన్న :

కెన్నబిస్ సతివా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి.

పురుషాంగము స్తంభించినప్పుడు రక్తస్రావ మౌతుంటే :

ఫాస్ఫరస్-1M లో ఒక డోస్ వాడి, కాల్కేరియా ఫ్లోర్-30, ఫెర్రమ్‌ఫాస్-30 లను ప్రతి రోజూ ఒక డోస్ చొప్పున వాడాలి. తగ్గనిచో మిల్లిఫోలియమ్ మదర్ టించర్ రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి.

'శిశ్నాగ్ర చర్మము (Fore Skin)' క్రింద 'పాచి (Smegma)' కూడుట :

కేంథారిస్-30 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. కాల్కేరియాసల్ఫ్-30 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. మెర్క్యురిసోల్-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వేయాలి.

పురుషాంగముమీది చర్మము వెనుకకు పోకపోవుట (Phimosis) :

మెర్క్యురిసోల్-1M (వెయ్యి) వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 4 వారాలు వాడి, తగ్గకపోతే.... యాసిడ్‌నైట్రిక్-1M (వెయ్యి) వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 4 వారాలు వాడాలి. ప్రతి రోజూ కాల్కేరియాఫ్లోర్-6x రోజుకి 8 సారులు చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి.

పురుషాంగము మీది చర్మము వెనుకకుపోయి ముందుకు రాకపోవుట (Paraphimosis) :

పై మాదిరిగానే వాడి, తగ్గకపోతే.... పై చర్మమును "సున్తీ (Circumcision)" ఆపరేషన్‌తో తొలగించాలి.

పురుషాంగము ఉబ్బి పై పరిస్థితి ఏర్పడితే :

కాలీబయోడ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ప్రతి రోజూ వాడాలి. పై చికిత్స మామూలుగానే చేయాలి.

పురుషాంగము నుండి చీము వస్తుంటే :

హెపార్‌సల్ఫ్-200 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళ వాడాలి.

సంభోగానంతరము అంగము ఉబ్బితే :

కెలీడియమ్ సెంగ్-30 ప్రతి రోజూ రోజుకి 3 సారులు చొప్పున వాడుతూ.... పై చికిత్స చేయాలి.

అప్రయత్నముగా శుక్రము విసర్జింపబడుట :

ఇగ్నేషియా-1M (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడాలి. సల్ఫర్ -200 మూడు డోస్‌లు వాడాలి. మెగ్నీషియాఫాస్-30, నేట్రమ్‌మూర్-30, కాల్కేరియా ఫాస్-30 పవర్‌లో పీటిని రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి

## శీఘ్రస్ఖలనము :

యాసిడ్‌ఫాస్-1M లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 డోస్‌లు వాడాలి గ్రాఫైటిస్-200 కూడా మూడు డోస్‌లు వాడాలి. యాసిడ్ ప్రిక్రిక్-30 రోజుకి 2 డోస్‌లు, మెగ్నీషియాఫాస్-30, కాల్కేరియా ఫాస్-30 లను కూడా రోజుకి 3 డోస్‌ల చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

శుక్రము చాల ఆలస్యముగా స్ఖలింపబడుట :

యాసిడ్‌ఫ్లోరిక్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి. తగ్గక పోతే.... నేట్రమ్‌మూర్ –30, మెగ్నీషియాఫాస్-30 లను రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి. కాల్కేరియాకార్బ్-1M(వెయ్యి)లో ఒక డోస్ వాడాలి.

పురుషాంగమును- యోనిలో పెట్టకముందే స్ఖలనమౌతుంటే :

పైన ఇచ్చిన (శీఘ్రస్ఖలనమునకు) మందులు వాడి, తరువాత వారము రోజులు ఆగి, సల్ఫర్-1M లో ఒక డోస్ వాడాలి.

**రతిలో- శుక్రస్ఖలనము కాకుండుట :**

జింకమ్ మెట్-200 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున ఒక వారము వాడాలి. తరువాత కెన్నాబిస్ ఇండికా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. మధ్య మధ్య సోరినమ్ IM (వెయ్యి) లో 1-2 డోస్‌లు ఒక నెల వ్యవధిలో వాడాలి.

**స్వప్న స్ఖలనము : ఒకే రాత్రి ఎక్కువసారులు శుక్రస్ఖలన మగుట :**

శాంగ్వినేరియా-30 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ఒక వారము వాడి, ఒక వారము ఆపి, పల్సటిల్లా-30 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి. మధ్య మధ్య సల్ఫర్-200 రెండు మూడు డోస్‌లు 4-5 రోజుల తేడాతో వాడాలి.

**స్వప్నము రాకుండానే స్ఖలన మగుట :**

ప్రిక్రిక్ యాసిడ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడాలి. స్టేనమ్-200 నాలుగు రోజుల కొకసారి ఒక డోస్ వాడాలి. మధ్య మధ్య తూజా- IM (వెయ్యి) లో 2-3 డోస్‌లు 15 రోజుల తేడాతో వాడాలి.

**రక్తముతో కలిసి శుక్రస్ఖలన మగుట :**

ఫాస్పరస్-IM (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడి; కాల్కేరియా ఫ్లోర్ 6×, ఫెర్రమ్‌ఫాస్-6×లను రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

**స్ఖలనము తరువాత అలసట, నీరసము :**

కాల్కేరియా కార్బ్-200 మూడు డోస్‌లు మాత్రము వాడి, సెలీనియమ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొద్ది రోజులు వాడాలి.

**స్ఖలనము తరువాత తలనొప్పి, నడుమునొప్పి, నీరసము, మూర్ఛ :**

తలనొప్పి, నడుము నొప్పి, నీరసము, మూర్ఛలు, లెకెసిన్-30, (వెయ్యి) లో ఒక డోస్ వాడాలి. నేట్రమ్‌మూర్-30, కాలీఫాస్-30,

మెగ్నీషియా ఫాస్-20 లను రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి. కాళ్ళు-చేతుల నీరసము : యాసిడ్‌ఫాస్-20 రోజుకి రెండు డోస్‌లు చొప్పున కొద్దిరోజులు వాడాలి.

మూత్రనాళములో మంట :

మెర్క్యుసోల్-200 రోజుకి రెండు డోస్‌ల చొప్పున వాడుతూ.... మధ్యలో తూజా-IM లో ఒక డోస్ వేయాలి.

సంభోగము ఎంతసేపు చేసినా... శుక్రస్థలనము కాకుండుట:

కెలేడియమ్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ప్రతిరోజూ వాడాలి.

శుక్రము స్థలించబడినా... సంభోగము తరువాత రతి సుఖము లేకపోవుట :

సల్ఫర్-200 మూడు డోస్‌లు వాడి, తరువాత ఎగారికస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

స్వప్న స్థలనాలు, స్వప్న రహిత స్థలనములకు :

ఆయా సందర్భాలలో చెప్పిన మందులు వాడుతూ.... ఈ క్రింది మిశ్రమమును కూడ ఉపయోగిస్తే సత్వర ఫలితాలు కలుగుతాయి.

నేట్రమ్‌మూర్-6×, నేట్రమ్‌ఫాస్-6×, కాల్కేరియా ఫాస్-6×, కాలీమూర్-6× అను మందులను పౌడర్ రూపములో సమభాగాలుగా తీసికొని; మిశ్రితము చేయాలి. ఈ మిశ్రమమును- పూటకు గ్రైన్ (వడ్ల గింజ ఎత్తు) చొప్పున రోజుకి మూడు పూటల కొద్దిరోజులు వాడాలి.

## సంభోగము వలన కలిగే అవలక్షణాలు

క్రింది మందులను 200 పొటెన్సీలో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. తగ్గని పక్షములో సీనియర్ డాక్టర్‌ని సంప్రదించాలి.

ఆకలి తగ్గుట :

ఎగారికస్ (నిస్త్రాణ, అలసట).

కోపము వచ్చుట :

సెలీనియమ్.

మూత్ర విసర్జన నాళములో మంట :

కెన్నబిస్ సతివా వాడి, తగ్గకపోతే.... తూజా వాడాలి.

మోకాళ్ళకు పట్టులేకపోతే :

కాల్కేరియా కార్బ్.

శారీరక ఉష్ణము పెరుగుట :

గ్రాఫైటిస్.

గుండెదడ నొప్పి :

క్రోటన్‌టింగ్ వాడి, తగ్గకపోతే.... డిజిటా లేక యాసిడ్‌ఫాస్.

తలనొప్పి :

కాల్కేరియా కార్బ్ వాడి, తగ్గకపోతే.... నేట్రమ్ మూర్.

నిద్రమత్తు :

బరైటాకార్బ్.

పురీష నాళములో బాధ : మెర్క్యూకర్.

మూత్ర విసర్జన రంధ్రము నుండి రక్తస్రావము :

ఫాస్పరస్-200 ఒక డోస్ వాడి; ఫెర్రమ్‌ఫాస్-30 రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

వెన్నుపూస చివర నొప్పి :

హైపెరికమ్ వాడి, తగ్గకపోతే.... కాలీబైక్.

శ్వాస పీల్చుట లేక ఉఛ్ఛ్వసము అధికమగుట :

ఆంబ్రాగ్రేషియా వాడి, తగ్గకపోతే.... రస్టాక్స్.

జ్ఞాపకశక్తి తగ్గుట :

స్టాఫిసేగ్రియా.

ఉత్సాహముగా ఉండుటకు :

బొరాక్స్, సైలీషియా, నేట్రమ్‌మూర్.

కాళ్ళు, చేతుల నొప్పులు :

సైలీషియా మరియు విస్కమ్ ఆల్బ్.

పక్షవాతము :

ఫాస్ఫరస్.

దురద :

మెజేరెయమ్.

తల త్రిప్పు :

యాసిడ్ ఫాస్, కాలీఫాస్.

తల వెనుక భాగము నొప్పి :

పెట్రోలినమ్, సైలీషియా, స్పైజీలియా.

మల విసర్జన వాంఛ :

కాస్టికమ్, నేట్రమ్‌ఫాస్.

ప్రోస్టేట్ గ్రంథి నొప్పి :

సెలేనియమ్, మెగ్నీషియాఫాస్.

మతి మఱపు :

సికెల్.

మూత్ర విసర్జన వాంఛ (దురద, మంట) :

క్లెమెటిస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడుతూ.... నేట్రమ్ ఫాస్-6x, నేట్రమ్‌మూర్-6x లను ప్రతిరోజూ రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

వ్యాధి లక్షణాలు అధిగమగుట :

సెపియా-200 మూడు డోస్‌లు వాడి, తరువాత నేట్రమ్ సల్ఫ్-30, కాలీమూర్-30 లను ప్రతి దినము దినమునకు 2 సారులు చొప్పున కొద్దికాలము వాడాలి.

## సంభోగానంతరము కలిగే అస్వాభావిక బాధాకర లక్షణాలన్నింటికీ :

కాల్కేరియా కార్బ్-30 మూడు డోస్‌లు వాడి, తరువాత బైకో No. 16 మాత్రలు ప్రతి దినము మూడు పూటలా 3 డోస్‌లు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

# స్త్రీ జననేంద్రియ వ్యాధులు
# (ORGAN DISEASES OF WOMEN)

## లైంగిక ఆరోగ్యము - స్త్రీ
## (Sexual Health of the Female)

స్త్రీల లైంగిక జననేంద్రియములను గుఱించి తెలిసికోవలసినది ఎంతో ఉంది. రజస్వల ఐనప్పటి నుండి చనిపోయేవఱకు జననేంద్రియ సంబంధముగా అనేక అనుభవాలు చవిచూస్తారు. స్త్రీలు నెలనెలా ఋతు స్రావముతో కలుగు చికాకు, తొలి రతిలోని తీయని బాధ, రతిలో తృప్తి, ఇక గర్భము దాల్చి ప్రసవించేవఱకు వేదనలు, బిడ్డకు పాలిచ్చుటలో స్తన సంబంధమైన బాధలు, కుసుమ (తెలుపు) వంటి కొన్ని వ్యాధులు– అనుమానాలు, ఆచారాలు అన్నీ స్త్రీ ఒక్కతే అనుభవిస్తున్నది. మరందుకే.... స్త్రీ విజ్ఞానవంతురాలు కావాలి. వీటన్నిటి గుఱించి ఆమె తెలిసికోకపోతే.... తప్పక కష్ట-నష్టాలకు గుఱి ఔతుంది. ఇందులో తెలిసినవే కాక.... ఇంకెన్నెన్నో సమస్యలు ఉండవచ్చు. అటువంటప్పుడు బిడియము వదలి మంచి డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి. లేడీ డాక్టర్ ఐతే మరీ మంచిది. అర్హత కలిగిన హోమియో డాక్టర్స్ ఎందఱో వేడున్నారు. స్వయముగా వెళ్ళిగాని, లెటర్ ద్వారాగాని నిష్ణాతుడైన డాక్టర్ సలహా పొందండి! స్త్రీని విజ్ఞానవంతురాలిని చేయుట పురుషుల అనివార్య కర్తవ్యమని మఱువరాదు.

## లైంగిక అస్వస్థతలు (SEXUAL-DISORDERS)

స్త్రీకి మొదటి బాధ, అనుభూతి 'రజస్వల Adolescent (The maiden is come to puberty) అగుటతోనే ప్రారంభమగును దీనితోనే స్త్రీలో మానసిక వికాసము ప్రారంభమౌతుందని చెప్పవచ్చును.

స్త్రీ తన సహజ సౌందర్యమును పొందుటలో ప్రముఖ పాత్ర వహించేవి ఆవిడ హార్మోన్‌లు! వాటి ప్రథమ ప్రక్రియే 'రజస్వల' కావటమే!! వంశచరిత్రను బట్టి ఆలస్యముగా రజస్వల అవుట కద్దు. హోమియో పతిలో లక్షణాలను బట్టి చికిత్స చేయవచ్చును. కొన్ని కేస్‌లలో హైమన్

(కన్నెపొర) ను శస్త్రచికిత్స ద్వారా తొలగించవలసి వస్తుంది. కొన్ని కేస్‌లలో హార్మోన్‌ల చికిత్స అవసరమౌతుంది. నిస్త్రాణ వలన కూడ ప్రథమ సమర్త ఆలస్యము కావచ్చు. క్రింద చూపిన మందుల వలన గుణము కనిపించక పోతే.... హోమియో వైద్యుని సలహాలు పొందండి!

**రజస్వల ఆలస్యమగుట :**

పల్సటిల్లా-200 రోజుకి రెండు పూటలా పూటకి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున 15 రోజులు వాడి, 15 రోజులు ఆగాలి. అప్పటికీ రజస్వల కాకపోతే.... వెయ్యి (1 M) పవర్‌లో ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) వాడి, వారము ఆగాలి. ఫలితము లేకుంటే ... మరల వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 డోస్‌లు వాడి, ఆపివేయాలి. ఇక వాడకూడదు.

**'ఐరన్' లోపము వలన శరీరము పాలిపోవుట, నిస్త్రాణ, గుండె దడలకు :**

ఫెర్రమ్ మెటానికమ్- 6 x లో పౌడర్ లేక టాబ్లెట్స్ రూపములో రోజుకి రెండు పూటలు చొప్పున ఒక నెల వాడాలి (పల్సటిల్లా వాడినపుడు కూడా దీనిని వాడవచ్చు).

**ఊబ శరీరము గలవారిలో కాల్షియమ్ లోపము వలన కుసుమ (తెలుపు) ఔతున్నా, మాంసగ్రంథులు వాపు ఉన్నా; జీర్ణకోశము పులియుట లేక పుల్లత్రేపులులాటి లక్షణాలు వుండి రజస్వల కానివాళ్ళకు :**

కాల్కేరియా కార్బ్-200 రోజుకి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున ఒక వారము వాడాలి.

స్త్రీల మందులలో సెపియా-200 ప్రధానమైనది.

**కుసుమ, చర్మవ్యాధులు అణగారుట లేక సరైన హోమియో వైద్యము జరుగకున్న :**

సెపియా-200 రోజుకి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున ఒక వారము వాడాలి. గుణము లేకుంటే.... వెయ్యి (1 M) లో ఒక డోస్ వేసి, ఒక నెల ఆగాలి.

అమ్మాయి రజస్వల కాకపోవుటకు కారణాలు :

1] రజస్వల సాధారణ వయస్సు 13 నుండి, 20 సం॥ల లోపు.

2] ఈ వయసు వచ్చేటప్పటికి స్త్రీలలో కాంతి, ఆకర్షణ పెరుగుతుంది.

3] సిగ్గూ, వయ్యారమూ పెరుగుతాయి.

4] స్తనాలు, పిఱుదులు కూడ పెరిగి ఆకర్షణీయముగా ఉంటారు. ఈ లక్షణాలు కనిపించకపోతే.... ఆరోగ్య లోపము ఉన్నదని గ్రహించాలి. వెంటనే డాక్టర్‌కు చూపించాలి.

కొందఱు ప్రథమ రజస్వల ఐన తరువాత 3-4 నెలలు మరి రజస్వలలు కావు. తలనొప్పి, నడుము నొప్పి, నిరుత్సాహము, మలబద్ధకము, అలసట, ఆకలి మందగించుట, మనసు నిలకడగా లేకపోవుట, నిద్రపట్టని స్థితి ఉంటాయి. వీటిని వ్యాధి లక్షణాలుగా గుర్తించి, డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి. బహిష్టులు సరిగా రాని వాళ్ళు కొందఱు "గర్భిణి" అని భ్రమపడతారు. సరైన సెక్స్ అవగాహన లేకే ఇలా భ్రమిస్తారు.

బహిష్టులు సక్రమముగా రాకపోవుటకు కారణాలు :

1] గర్భ సంచి లేకపోవుట, 2] ఓవరీస్ లోపము, 3] వెజైనల్ ఆరిఫేస్ మార్గానికి- 'హైమన్ (కన్నెపొర)'కు బెజ్జము ఉండకపోవుట వలన ఇలా జరుగుతుంది.

రక్తక్షీణత, మూత్రపిండాల వ్యాధులు, క్షయ కారణముగా రజస్వల ఆలస్యమగుట (Delayed first Menstruation) :

నేట్రమ్‌మూర్-200 ప్రతిరోజూ రోజుకి రెండు డోస్‌ల చొప్పున వాడాలి. దీనితో పైలీషియా కూడ వాడాలి.

నక్స్‌వామికా ప్రతి రాత్రి ఒక డోస్ (3 మాత్రల) చొప్పున కొన్నాళ్ళు వాడాలి. ఈ మందులు వాడుతూ.... మధ్య మధ్య సల్ఫర్-200 రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున 3-4 డోస్‌లు వాడాలి.

బలహీనులకు- రజస్వల ఆలస్యమగుట :

ఫైవ్‌ఫాస్-6× టాబ్లెట్స్ ఉదయము 3, రాత్రి 3 చొప్పున

కొన్నాళ్ళు వాడాలి. ఎల్కట్రిన్ ఫెర్నోసా మదర్ టించర్‌ను ఉదయము 10 బొట్లు, రాత్రి 10 బొట్లు చొప్పున నీటిలో కలిపి త్రాగాలి. అశోకా మదర్ టించర్‌ను పై మందుతోపాటు అదే విధముగా వాడవచ్చు.

## బహిష్టు అణగి ఉండుట (Suppression of the Mensus=

రజస్వల అయ్యాక కొన్ని నెలలు ఋతుస్రావము కనిపించకపోవుట, నెల నెలా బహిష్టు రాక మధ్య మధ్యలో వచ్చుట) :

### ఋతుక్రమము లేనందు వలన కలిగే రుగ్మతలు :

నీరసము, నిర్లక్ష్యము, అజీర్ణము, మలబద్ధము, తలనొప్పి, దడ, నడుము- కాళ్ళు నొప్పులు; నడుమునొప్పి, మానసిక బాధ, హిస్టీరియా; కొందరిలో ఐతే ఎలాంటి బాధలు లేకుండా.... ఋతుస్రావము గడ్డకట్టి, పొత్తికడుపు పెరుగుతుంది. ఆరోగ్యముగా ఉన్నట్లు కనిపిస్తారు. కొంత మందికి గర్భవతికి వలె- తలతిరుగుట, వికారము, స్తనాలు వృద్ధి అగుట వంటివి ఉంటాయి. ఈ స్థితిలో- అది గర్భమా ? ఋతువు అణగి ఉండుటయా ?" అనేది తెలిసికొనుట కష్టము! మూత్ర, రక్తపరీక్షలు, స్కానింగ్ కూడ అత్యవసరము కావచ్చును.

చెదురుగా జడుపువలన, అమిత భయమువలన- భార్యా భర్తలలో అనురాగము ఉండకపోవచ్చు. ఘాటైన మందుల వాడకమువలన, దీర్ఘ కాలిక జబ్బులవలన కూడ ఋతువు అణగి ఉంటుంది.

## ఋతుక్రమము లేనివారికి చికిత్సలు :

పల్సటిల్లా-200 పవర్‌లో ప్రతిరోజూ రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడి ఆపాలి. సుగుణము కనపడినా లేక బాధలు కలిగినా వెంటనే ఆపాలి. చన్నీటిలో తడవటమువలన; గర్భాశయము, అండాశయము వాచినప్పుడు; బహిష్టు సమయములో- స్తనాలు పెద్దవై; గట్టిగా, నొప్పిగా ఉంటే.... కోనియమ్-200 పవర్‌లో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ఒక వారము వాడాలి. తగ్గకుంటే.... వెయ్యి (IM) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడి ఆపాలి.

ఋహిష్టు కాలములో అపస్మారక స్థితి :

శరీరము నొప్పులు, తలనొప్పి, పొత్తికడుపులో నుండి తలలోకి నొప్పి వస్తుంటే.... సిమిసిఫ్యూగా-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొద్దికాలము వాడాలి.

కోపము వలన లేక కోపము అణచుకొనుట వలన :

కెమోమిల్లా-200 పొటెన్సీలో ఉదయము ఒక డోస్, రాత్రి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున కొద్ది రోజులు వాడాలి.

విచారము వలన, ప్రేమ భంగము వలన ఋతుక్రమము లేక పోవుట :

ఇగ్నేషియా-200, నేట్రమ్‌మూర్-30 పొటెన్సీలో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడుతూ.... ఫైఫాస్ 6× టాబ్లెట్స్ రోజుకి 3 సారులు చొప్పున ఒక నెల వాడాలి.

అమిత సంతోషము, మలబద్ధకము, మందకొడి స్వభావము గల వాళ్ళకి :

ఓపియమ్-200 పొటెన్సీలో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొద్ది కాలము వాడి, దీని తరువాత కాఫీ-200 రోజుకి రెండు సారులు చొప్పున కొద్దికాలము వాడాలి.

ఋహిష్టు ఆగి నాసికగుండా రక్తస్రావమౌతుంటే :

బ్రైయోనియా-30 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున ఒక వారము వాడాలి.

చలి వలన, తేమ వలన ఋతువు ఆగిపోతే :

డల్కమారా-200 పొటెన్సీలో రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

ఆత్మహత్య తలంపు ఉంటే :

ఆరమ్ మెటాలికమ్ వెయ్యి (1M) పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడాలి.

నోరు, ఆసనము, శ్వాసకోశము, మూత్రద్వారము ద్వారా రక్తస్రావ మౌతుంటే :

పాస్ఫరస్-1M (వెయ్యి) పవర్‌లో ఒక డోస్ వేసి; ప్రతిరోజూ రోజుకి 3 డోస్‌ల చొప్పున ఫెర్రమ్‌ఫాస్-30 వాడాలి. సెపియా-200, రోజుకి 2 సారులు చొప్పున కొద్దికాలము వాడాలి. (పల్సటిల్లా వలె 'సెపియా' కూడా స్త్రీలమందే!).

భయము, దడ, మంచులో తడుచుట వలన బుతువు ఆగితే :

ఎకోనైట్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

బుతుస్రావానికి బదులు 'కుసుమ' ఔతున్నా, కృశించినా, ఆహారపు వాసన గిట్టకున్నా :

కాక్యులస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి.

సోమరులకు, అజీర్ణ రోగులకు, గ్యాస్ట్రబుల్ ఉన్న వారికి, వ్యభిచారులకు, పులిత్రేవులు గలవారికి :

నక్సువామికా-200 రోజూ రాత్రిపూట ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) వాడాలి. (అల్లోపతి, ఆయుర్వేదము మందులు వాడిన వారికి విఱుగుడుగా ఇది వాడవచ్చును.)

శరీరము నీరు పట్టిన వారికి :

యాపిస్-200 రోజుకి 2 సారులు చొప్పున వాడాలి. గుణము లేకుంటే.... హెల్లిబోరస్-30 వాడి, తరువాత ఎపోసైనమ్-30 తీసుకోవాలి.

## స్రావము తక్కువగా అవుట :

దీనివలన తలనొప్పి, గజ్జలలో నొప్పి, నిరుత్సాహము, నీరసము ఉంటాయి. దీర్ఘవ్యాధులు, రక్తక్షీణత దీనికి కారణము కావచ్చును.

చికిత్స : పల్సటిల్లా-200 పొటెన్సీలో రోజుకి 2 సారులు వాడాలి. తగ్గకుంటే.... గ్రాఫైటిస్-200 రోజుకి 2 డోస్‌లు చొప్పున 4 రోజులు వాడాలి. అశోకా టానిక్ 2 నెలలు వాడాలి. 'సెపియా-200' బుతుదోష నివారిణి! ఇది తెలుపును కూడా తగ్గిస్తుంది.

విలియమ్ ట్రిగినమ్-200 రోజుకి 2 సారులు వాడాలి. ఋతు స్రావము- నలుపుగా, దుర్వాసనగా వుండుట; నడుస్తుండగా- ఋతు స్రావమగుట, విశ్రాంతివలన స్రావము తగ్గుట అను లక్షణాలకు ఇది మంచి మందు!

కోనియమ్-200 : సంభోగ వాంఛని అణచుట వలన కలిగితే.... దీనిని రోజుకి 2 సారులు వాడాలి.

ఫైవ్‌ఫాస్-6x, ఫెర్రమ్‌మెట్-6x, నేట్రమ్‌మూర్-6x ఈ మూడు మందులూ ప్రతిరోజూ రోజుకి 3 సారులు చొప్పున వాడుతుండాలి. (పై మందులు ఏవి వాడినా.... వాటితో పాటుగా ఈ మూడు మందులు కలిపి వాడాలి.)

## ఋతుస్రావము అధికముగా అగుట :

సహజముగా రజస్వల ఐన దగ్గరనుండి, ఋతువులు ఎండిపోయే దాకా 14 నుండి 45 సంవత్సరముల మధ్యవయసు వఱకు ప్రతి 28 రోజులకీ ఋతుస్రావము కనిపిస్తుంది. సింధూరపు రంగులో ఎలాంటి బాధ లేకుండా స్రావము అగుట సహజము! అలా కాకుండా.... ఎక్కువ తక్కువ రోజులకీ ఋతుస్రావము ఔతుంటే.... కచ్చితముగా అది వ్యాధి లక్షణము కావచ్చును. అపుడు చికిత్స అనివార్యము!

పెళ్ళికాని 16 సంవత్సరాల అమ్మాయికి ఋతుస్రావము అధికముగా ఔతుంటే.... కొంతమంది వైద్యులు D.N.C. చికిత్స చేసారు. తగ్గలేదు. ఆపరేషన్ చేయాలన్నారు. హోమియో మందుల వలన ఆమె వ్యాధి నివారణ ఐనది. ఆమెకు ఎంచక్కా పెళ్ళైనది. ఇద్దరు బిడ్డలు పుట్టారు. ట్యూబెక్టమీ వలన కూడా గుణము కనిపించదు. కనుక పెళ్ళై సంతానము కలుగనివారు ఇలాంటి రుగ్మతకు గురైతే.... ఆపరేషన్ సలహా ఇవ్వబడినప్పుడు హోమియో నిపుణుణ్ణి సంప్రదిస్తే.... కోత పని ఉండదు. హోమియో చికిత్సలో ఎందరో ఇలాంటివారు ప్రయోజనము పొంది, హాయిగా ఉన్నారు.

చికిత్సౌషధములు

సెబినా- **200** : ఋతుస్రావము కండలు కండలుగా అగుట, ఒక్కొక్కసారి పలుచగానూ ఉంటుంది. ముట్లు ఉడిగే కాలములో కలిగే స్రావమునకు, యుక్తవయస్సుకు ముందే రజస్వల అయి, నెలకు నెలకు మధ్య మధ్య కనిపించే ఋతుస్రావానికీ; 3 వ నెలలో గర్భస్రావము ఔతున్న వాళ్ళకీ తగ్గేదాకా 3 పూటలా పూటకి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడాలి. తిరగబెడితే.... వెయ్యి పవర్‌లో ఒక్క డోస్ వేయాలి.

క్రోకస్ సతివాస్-**200** : దీనిని సెబినా తరువాత వాడాలి సెబినాకు తగ్గని కేస్‌లలోనూ ఇది వాడవచ్చు. ఋతుస్రావము నల్లటి ముద్దలుగా, తీగల్లా సాగుతూ.... జిగురుగా కడుపులో బంతి ఏదో తిరుగుతున్నట్టు ఉన్నా- దీనిని రోజుకి 3 పూటలా పూటకి ఒక డోస్ చొప్పున తగ్గేదాకా వాడాలి.

సెకెల్- **200** : పొత్తి కడుపు నొప్పితో అధికముగా అయ్యే ఋతుస్రావానికీ, నీరసముగా వుండి నీళ్ళలాంటి రక్తస్రావానికీ, చెదురుగా మరల ఋతువు అయ్యేవఱకు స్రావము కనిపిస్తున్నా- దీనిని 200 పవర్‌లో రోజుకి 3 సారులు సారికి 3 మాత్రల చొప్పున వాడాలి. కొన్నాళ్ళు చూచి, తగ్గకపోతే.... వెయ్యి పవర్‌లో ఒక్క డోస్ వాడాలి.

అక్టియా రెసిమోసా- **30** : సెకెల్ వలన నొప్పులు, రక్త స్రావము తగ్గకపోతే దీనిని కొన్ని డోస్‌లు వాడాలి.

మిల్లిఫోలియమ్ మదర్ టించర్ : ముక్కు, ఊపిరి తిత్తులు, ప్రేగులు, గర్భాశయము వీటి నుండి కలిగే- ఎఱ్ఱటి, పలుచని స్రావానికి దీనిని వాడవచ్చు. గర్భస్రావము తరువాత, ప్రసవము పిదప, ఋతువు కొన్ని నెలలు ఆగిన పిమ్మట కలిగే రక్తస్రావాలు ఎందటికో దీనితో తగ్గిపోయినాయి. మదర్ టించర్‌ను ప్రతిసారీ అరఔన్స్ నీళ్ళలో 10 చుక్కలు వేసి, రోజుకి 4-5 సారులు వాడుకోవచ్చును.

ఎర్గాటినమ్-**30** : ప్రసవము తరువాత గర్భసంచి మూసు కోనందున అయ్యే రక్త స్రావానికి దీనిని వేయవచ్చు. రోజుకి 3 సారులు చొప్పున 4 రోజులు వాడితే చాలు!

ట్రిల్లియమ్ పెండ్యులమ్-30 : బహిష్టుకు బహిష్టుకు మధ్య పసుపు- రక్తవర్ణము కలిసిన కుసుమ (లుకోరియా) లకు ఇది పని చేస్తుంది. ముట్లు ఉడిగే కాలములో కలిగే రక్త స్రావానికి ఇది అప్పు డప్పుడు ఉపయోగపడుతుంది.

బోవిస్టా-200 : ఋతుస్రావము రాత్రులు ఔతూ, పగలు తగ్గుట జరిగినపుడు ఇది మంచి మందు! బహిష్టు సమయములో నీళ్ళ విరేచనాలకు రోజుకి 3 సాంః లు చొప్పున 3-4 రోజులు వాడవచ్చు.

హామామెల్లిస్ మదర్ టించర్ : ఋతుస్రావము పగలు ఔతూ, రాత్రులు తగ్గుట; ఋతు సమయములోని అధిక బాధలను మిల్లి ఫోలియమ్ వలె ఏ అవయవాన్నుండి కలుగుతున్న రక్తస్రావాన్నైనా తగ్గిస్తుంది. మదర్ టించర్ రూపములో రోజుకి 3-4 సారులు ప్రతిసారీ అరఔన్స్ నీళ్ళలో పది చుక్కలు కలిపి త్రాగించాలి.

ఫాస్ఫరస్-200 : అధిక రక్తస్రావము మూడే మూడు డోస్‌లలో తగ్గిపోతుంది కాగా ఏ మందులు వాడినా అధికముగా రక్త స్రావము అయ్యే తత్వము గలవాళ్ళకి వెయ్యి పవర్‌లో ఒక్క డోస్, మంచి ఫలితాన్నిస్తుంది.

---

స్తనాలు ఎండుట, ఛాతి బల్ల పటుపుగా ఉండుట పీటికి- సక్స్ మెస్కాటా-200 రోజుకి ఒక మోతాదు చొప్పున కొంతకాలము వాడితే.... స్తనాలు గుండ్రముగా మామూలు ప్రమాణములో పెరుగు తాయి మధ్య మధ్య అయోడిన్- 200 కొన్ని మోతాదులు వేస్తే.... ఫలితాలు ఇంకా బాగుంటాయి.

---

కెమోమిల్లా-200 : అధిక కోపము వలన కలిగే రక్త స్రావానికీ లేక కోపము తరువాత కలిగే రక్తస్రావానికీ దీనిని ప్రతి 3 గంటలకీ ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడితే తగ్గుతుంది.

ఏంబ్రగేషియా-200 : బహిష్టులో-మర్మావయవము దురద; ఎడమకాలు వాచి, నీలిరంగుకు మారి, విపరీతమైన బాధ; అధిక కోపము,

విసుగు; సంగీతము దుర్భరముగా ఉండుట- వీటికి ఉదయము ఒక డోస్, రాత్రి ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున 4-5 రోజులు వాడితే తగ్గుతాయి

**బెల్లడోనా-200 :** విపరీతమైన తలనొప్పి, భరించలేని నొప్పితో-ఎఱ్ఱని, వేడిగల రక్తస్రావము-వీటికి దీనిని రోజుకి 3-4 సారులు సారికి 3 మాత్రలు చొప్పున వాడితే అద్భుతముగా పనిచేస్తుంది.

పై మందులు వాడుతూ.... సల్ఫర్ వెయ్యి పవర్‌లో ఒక డోస్ వేసి, నెల ఆగిన తరువాత కాల్కేరియా కార్బ్ వెయ్యి (1M) పవర్‌లో ఒక్క డోస్ వేయుట వలన వ్యాధి మరల మరల తిరగబెట్టినా.... నివారణ జరుగుతుంది.

పై మందులలో- సైలీషియా-30, నేట్రమ్‌మూర్-30 లను ప్రతి రోజూ- రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున వాడుట వలన మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి.

రక్తస్రావము వలన బలహీనత, నీరసము, ఎఱ్ఱకణాలు తగ్గుట జరుగుతుంది. రక్తస్రావము తరువాత ఫైవ్‌ఫాస్ 6x టాబ్లెట్స్ ఉదయము, మధ్యాహ్నము, రాత్రి పూటకి మూడు చొప్పున వాడుతూ.... ఫెర్రమ్ మెట్-6xలో ఉదయము, రాత్రి పూటకి ఒక డోస్ చొప్పున వాడుట మంచిది.

## ఇతర అవయవాల నుండి ఋతుస్రావము (Vicarious Menstruation)

ఋతుస్రావము సరిగాకాని కేస్‌లలోను, పూర్తిగా అణచి పెట్టిన కేస్‌లలోను ఇతర అవయవాలగుండా రక్తము స్రవించుట జరుగుతుంది.

**పల్సటిల్లా :** స్తనాల నొప్పి, ముక్కు-చెవినుండి రక్తస్రావము జరుగుతున్నప్పుడు దీనిని 200 పవర్‌లో రోజుకి 3 సారులు చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

**హేమామెలిస్ మదర్ టించర్ :** ఏ అవయవము నుండి రక్తస్రావము ఐనా దీనిని ఉదయము, మధ్యాహ్నము, రాత్రి పూటకి 10 బొట్లు చొప్పున- అర ఔన్స్ నీళ్ళలో కలిపి త్రాగాలి.

మిల్లి ఫోలియమ్ మదర్ టించర్ : పై రుగ్మతకు దీనిని కూడా అర ఔన్స్ నీళ్ళలో 10 చుక్కలు కలిపి; ఉదయము మధ్యాహ్నము, రాత్రి వాడాలి

అప్పుడప్పుడు ఫాస్ఫరస్-200 ఒక డోస్ వాడాలి. సల్ఫర్ -200 కూడ 15 రోజులకు ఒక డోస్ చొప్పున 2 డోస్‌లు తగ్గేలోపుగా వాడ వచ్చును.

ఫెర్రమ్‌ఫాస్-6x, నేట్రమ్‌మూర్ 6x, కాల్కేరియా ఫ్లోర్-6x అను- ప్రతిరోజూ రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున- ఒక నెల రోజులు వాడితే మంచిది.

## ఋతుశూల (Dysmenorrhoea) :

బహిష్టు కాలములో- పొత్తికడుపు, నడుముల నొప్పే ఋతుశూల. ఇది ఋతువుకు ముందు, ఋతుకాలములో, ఋతువు తరువాత కూడ రావచ్చు. దీని వలన అజీర్ణము, తలనొప్పి, వికారము, వాంతులు, విరేచనాలు, మలబద్ధము; ఆకలి తక్కువ-ఎక్కువ, నిరుత్సాహము, రతి వాంఛ తగ్గుట, పురుష ద్వేషము, ఋతుస్రావము తక్కువ లేక ఎక్కువ దీని సాధారణ లక్షణాలు! చిటపట లాడు తుండుట, సంతాన ఆటంకములు కూడ ఉంటాయి. హోమియో మందులతో పూర్తి నివారణ తథ్యము!

### ఋతుశూల వచ్చు కారణాలు :

గర్భాశయము వాపు, స్వస్థానము తప్పుట, మానసిక ఒత్తిడి, అతి కోపము, నరాల బలహీనత, అతి శీతలము, అతి వేడి మున్నగునవి కారణము కావచ్చును. అండాశయ దోషాలు కూడా కారణము కావచ్చును.

### నరాలకు సంబంధించిన ఋతుశూల (Neuraigic (Dysmenorrhoea) :

దీనిని బహిష్టు ముందు తేలికగా తింటే బాధలు ఉండవు.

మానసికోద్రేకము వలన, అధిక శారీరక శ్రమవలన- నరాలలో శక్తి తగ్గి, బాధలు ఉధృతము ఔతాయి. భార్యా-భర్తల అనురాగ

లోపమువలన, సంసార అసౌఖ్యము వలన, బలవంతపు సంభోగము వలన; అతి సంభోగము వలన, సంభోగము పూర్తి కాకుండా లేచుటవలన- ఇది విజృంభిస్తుంది. ఇది వంశ పారంపర్యముగా కూడా రావచ్చును. ఈ బాధ తెరలు తెరలుగా వస్తూ ఉంటుంది.

ఆటంకము వలన కలిగిన ఋతుశూల (Obstructive Dysmenorrhoea)

దీనికి శస్త్ర చికిత్స గాని మందుల వలన పూర్తిగా తగ్గను.

గర్భాశయములో అన్య పదార్థాలు చేరుట (Foreign bodies). కాయలు (Polypi), కంతులు (Tumors) పుట్టవ్రణము (Cancer) వంటివి కారణము కావచ్చు. గర్భాశయము తిరగబడుట, వాపువలన- ఋతువు సరిగా కాక.... గర్భాశయములో నిలువ ఉండి, బాధ కలిగిస్తుంది. ఒక్కొక్కసారి స్రావము ఆగిపోవచ్చు. (Retention of menses). వీటివలన ఋతుశూల వస్తుంది.

హస్త ప్రయోగము, గాయాలు, దెబ్బల వలన (Injuries) ఋతుశూల :

గర్భము రాని స్త్రీలలో- గర్భసంచి చిన్నదిగా ఉండి, స్రావము సరిగా కాక.... ఈ శూల వస్తున్నది. ఇది వివాహము కాని వాళ్ళలో, సంతానము కలుగని వాళ్ళలో ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నది.

దీనివలన జీర్ణకోశము, లివర్, ప్రేగులకు సంబంధించిన- గ్యాస్ ట్రబుల్, అజీర్ణము, వాంతులు, వికారము, ఆకలి లేకుండుట, మల బద్ధము లేక విరేచనాలు, తలనొప్పి కలుగుతున్నాయి. వెన్ను వంకర (Opisthotonos), దృష్టి లోపాలూ ఈ శూలవలన కలుగుట సహజము! శస్త్ర చికిత్స (Sterility) వలన చాల మంది గర్భవతు లగుటకు ఇదే కారణము!

స్రావము చిన్న చిన్న ముక్కలతో అగుటవలన ఋతుశూల: (Membranous Dysmenorrhoea)

ఇది మేహవాత తత్వము (Rheumatic Diathesis) గల వారిలో, తిండిపోతులలో, అవివాహితులలో సంభోగము ఎఱుగని

వారిలో సంభోగములో వ్యాధి వచ్చిన వారిలో, సంసార సుఖము లేక మానసికముగా కలత చెందిన వారిలో ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నది.

ఋతుస్రావములో "ఫైబ్రిన్ (Fibrin)" అను పదార్థము ఏర్పడి, ముక్కలు ముక్కలుగా ఋతుస్రావము వెలువడుతున్నది. దీనివలన నొప్పి కలిగి, ఆ ముక్కలు బయట పడగానే ఉపశమనము కలుగుతుంటుంది (Fibrin Membranous Shreds).

దీనివలన సంతానము కలుగదు. మందులతో నివారించబడుతుంది. ఈ శూల వున్నవారికి తఱచు గర్భస్రావము కలుగుతుంది. చికిత్సతో నయము చేయవచ్చు.

మిగిలిన ఋతుశూలలలోవలె- దీనిలో గర్భాశయము స్థానము తప్పుట ఉండును (Prolapus and retrovertion).

దీని నివారణ- రోగి తత్వము (Susceptibility), స్రావము యొక్క పదార్థము (Membrane) గర్భాశయ ముఖద్వారము (Case of ditatation of the cervical canal through which it must pass) మొదలగు వాటిపై ఆధారపడి వుంటుంది.

ఋతుశూల- నివారణ మార్గాలు :

తృప్తికరమైన సంభోగము ఈ వ్యాధి నివారణకు చాల సహాయపడుతుంది. గర్భము దాల్చి, ప్రసవించిన తరువాత ఈ ఋతు శూలలు బాగా తగ్గిపోవచ్చు. కాని.... ఋతుశూల తగ్గితే.... గర్భము రాదు. గర్భము వలన శూల తగ్గదు. కాబట్టి.... హోమియో వైద్య చికిత్సల వలన నివారణ సాధ్యమగును. అప్పుడు గర్భము దాల్చి, చక్కని సంతానమును పొందుతారు.

సెనిసియో (Senicio Aurens) : ఇది స్త్రీలకు వరప్రసాదము వంటిది. ఋతు సంబంధమైన సర్వ వ్యాధులకూ 'స్పెసిఫిక్'గా వాడవలసిన ఔషధము! ఋతు దోషాల వలన కలుగు నీరసమువంటి

లక్షణాలకి పరమౌషధము!!! దీనిని 30 పొటెన్సీలో- ఋతు సమయము నకు 10 రోజులు ముందు నుండి రోజుకి 2 పూటలా వాడితే తగ్గిపోతుంది.

జాంతోజైలమ్ (Xanthoxylum) : ఇది ఋతుశూలకు-వజ్రాయుధము వంటిది. నరాల సంబంధమైన ఋతుశూలను తగ్గిస్తుంది. దుర్భరమైన ఋతుశూలలు దీనివలన తగ్గిపోతాయి. ఋతుసమయాలలోని తల నొప్పికీ, సున్నితమైన మనస్సుగల వారికి దీనిని 30 పొటెన్సీలో.... మెగ్నీషియాఫాస్ 30 తో పాటుగా నొప్పిగా వున్నప్పుడు ప్రతి 3 గంటలకు ఒక డోస్ (3 మాత్రల) చొప్పున 2-3 నెలలు (ఋతు కాలములో మాత్రమే) వాడితే.... ఋతుశూల పలాయనము చిత్తగిస్తుంది.

పల్సటిల్లా- 200 : అతి శాంత స్వభావులకీ, చిన్న విషయానికి కూడా కన్నీరు కార్చే స్వభావము గలవారికీ, ఋతుశూలతో- జీర్ణకోశ బాధలున్న వారికీ- ఇది అద్భుతముగా పనిచేస్తుంది. నొప్పి స్థానము మారుతూ ఉంటే.... ఇది మంచి మందు! ఋతువు నెల నెలా సరిగా రాక పోవుట, కుసుమ వంటి లక్షణా లున్నప్పుడు-200 పొటెన్సీలో రోజుకి 3 సారులు సారికి 3 మాత్రల చొప్పున వాడితే.... వ్యాధి నివారణ కచ్చితముగా జరుగును.

సిమిసిఫ్యూగా 200 : హిస్టీరియా తత్వము వారి కిది సంజీవి వంటిది. ప్రసవ నొప్పులవలె.... మర్మావయవముల నుండి తొడలలోకి నొప్పి పొడుస్తున్నా; బహిష్టుముందు- తల నొప్పి, పొత్తి కడుపులో నొప్పి, ఋతుస్రావములో హెచ్చు-తగ్గులు, మృత శిశు జననాలవంటి వాటిని- ఈ మందు నివారిస్తుంది, నెలతప్పి నప్పటి నుండి వాడితే.... సజీవ శిశువు జన్మిస్తుంది. దీనిని 200 పొటెన్సీలో నొప్పి తగ్గే వఱకు ప్రతి గంటకు ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడాలి.

కాలోఫైలమ్ 200 : సిమిసిఫ్యూగా తరువాత వాడదగిన మంచి మందు! సిమిసిఫ్యూగా వలె పొత్తికడుపులోనేగాక.... ఛాతీ, గజ్జలు, మూత్రకోశములో నొప్పి వచ్చుట, నొప్పి తెరలు-తెరలుగా ఆగి

ఆగి వచ్చుట (కోలోసింథ్, మెగ్నీషియాఫాస్‌లు తెరలు-తెరలుగా వచ్చే నొప్పిని నివారిస్తాయి. కాలోఫైలమ్ దీనికి పనికిరాదు) మున్నగు బాధాకర లక్షణాలను నివారించును.

కెమోమిల్లా 200 : ఋతుశూలతోపాటు కడుపు బిగబట్టి ఉంటే.... దీనిని గంటకు ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వేస్తే ... వెంటనే ఉపశమనము కలుగుతుంది.

వెబర్నమ్ ఓప్యులస్ : ఇది ఋతుశూలకు పెట్టినది పేరు. నడుము నొప్పి ప్రాకుతూ.... తెరలు-తెరలుగా పొత్తి కడుపులోకి పొడుస్తుంటే.... దీనిని రోజుకు 3 సారులు చొప్పున 200 పొటెన్సీలో వాడిన బాధ తగ్గును.

బెల్లడోనా : 30 లో వాడదగిన మందు! ఎఱ్ఱని రక్తస్రావము, తల నొప్పి, జ్వరముతో కూడిన ఋతుశూలకు- గంటకు ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడిన.... ఉపశాంతి కలుగుతుంది.

ఋతుశూలకు ప్రతి రోజూ ఫైవ్‌ఫాస్-6×, కాల్కేరియా ఫ్లోర్-6×, నేట్రమ్‌మూర్-30 వీటిని రోజుకి 3 సారులు చొప్పున వాడాలి.

మొదటి నెలలో- మధ్య మధ్య సైపియా-200 మూడు డోస్‌లు, రెండవ నెలలో- సల్ఫర్-200 మూడు డోస్‌లు, మూడవ నెలలో- తూజా-200 మూడు డోస్‌లు వాడిన.... ఋతుశూల తగ్గిపోతుంది. ఎక్కువ కేస్‌లలో గుణము ఇచ్చినందున.... వీటిని ఇచ్చుట జరిగినది. వీటి ద్వారా సుగుణము కనిపించనప్పుడు డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి.

ముట్లుడుగుట లేక బహిష్టు అంతరించుట :

రజస్వల నుండి అనేక మార్పులు చెందిన స్త్రీ తత్వము ముట్లుడుగుటతో ముగుస్తుంది. కుటుంబ నియంత్రణ, గర్భసంచి తొలగింపు, ట్యూబెక్టమీ ఆపరేషన్స్ వలన ఈ కాలములో స్త్రీ తత్వమందు ప్రకృతి సహజమైన మార్పులు పెద్దగా ఉండుట లేదని చెప్పవచ్చు! ట్యూబెక్టమీ తరువాత కొన్ని సంవత్సరాలకైనా "హిస్టరెక్టమీ" ఆపరేషన్ తప్పుట లేదు.

సాధారణముగా ముట్లుడిగిన తరువాత స్త్రీకి అనేక బాధలు కలుగుతున్నాయి. అన్నీ ఉదహరించుట సాధ్యముకాదు కనుక.... కొన్ని లక్షణాలను తెలియజేయుట జరుగుతున్నది. ముట్లుడుగుటను- వైద్య పరిభాషలో "Grand Climateric", "Change of life", "Critical age", Turn of Life", "Cessation of menses" or "menopause" అని వివిధ నామాలతో పిలుస్తారు.

13-14 సం॥లు రజస్వల వయస్సైతే.... 40–50 సం॥లు ముట్లుడుగు కాలము అని చెప్పవచ్చు. కొందరు ఈ కాలానికి కొద్దిగా అటుగానీ, ఇటుగానీ ఉండవచ్చు. "ఇదే సరైనది" అని అనలేము కాని.... ఈ క్రింది లక్షణాలతో ప్రారంభమగుట సహజము!

1] ఋతువులు నెలనెలా ఔతూ.... ఒకేసారి ఆగిపోవుట!

2] ఋతుస్రావము 2-3 నెలలకు కనిపించి, ఎండిపోవుట!

3] ఋతుస్రావము 15-20 రోజులలో కొద్ది కొద్దిగా కనిపించి, ఎండి పోవుట!

4] కొందరిలో ఋతుస్రావము అధికముగా అయి, కొంత కాలానికి ఆగిపోవుట!

5] కొందరికైతే.... చర్మ, జీర్ణకోశ, శ్వాసావయవ వ్యాధులు; నీరసము, నిస్త్రాణ వుండి; ఋతువులు ఆగిపోగానే.... ఆరోగ్యము చేకూరుతుంది.

వయసు మళ్ళిన తరువాత బాధ్యతలు, ఆందోళనలు, బాధలు తెచ్చి పెట్టుకోకూడదు. విశ్రాంతిగా వుండి; స్నేహితులతో, బంధువులతో సరదాగా కాలము గడుపుట ఎంతైనా మంచిది. ఆహార నియమాలు జాగ్రత్తగా పాటించాలి. సోమరిగా ఉండటం కంటే.... వ్యాయామము చేయుట ఉత్తమము! అధిక శ్రమ నిషేధము! నిద్ర మేలుకొనుట, మసాలా, ఉప్పు-కారములను తగ్గించుట క్షేమము!! శ్రేష్ఠము!!!

బహిష్టులు అంతరించునపుడు కలుగు బాధలు-చికిత్సలు :

యాక్టియా రెసిమోసా-200 : దీనిని ఋతువులు ఎండి పోయే కాలములో కలిగే బాధ లన్నిటికి ప్రధాన ఔషధముగా వాడవచ్చు. ఉదయము ఒక డోస్ (3 మాత్రలు), సాయంత్రము ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

లెకిసిస్ : ఇది ముట్లుడిగే తరుణములో కలిగే బాధ లన్నిటి పైన అద్భుతముగా పనిచేసే దివ్యౌషధము ! దీనిని 200 పవర్ గా ఒక వారము 3 డోస్ల చొప్పున 3 వారాలు వాడితే చాలును !

సల్ఫర్-200 : నెలలో 3 సారులు వాడితే.... తత్వములో మార్పు వస్తుంది. ఊబ శరీరము వారికి, లావుపాటి శరీరము వారికి దీని తరవాత కాల్కేరియా కార్బ్-200 వాడితే.... మేలు కలుగును.

ఫైవ్‌ఫాస్-12×, నేట్రమ్‌మూర్-12× వీటిని రోజుకి 3 సార్లు చొప్పున పైమందులతోపాటు వాడాలి. 40 సం॥లు దాటినవారు డాక్టర్ ని సంప్రదించుట మంచిది.

## కుసుమ (LEUCORRHOEA)

దీనినే "తెల్లబట్ట"అని అంటారు. దీని స్రావము గంజిలాగా, బియ్యము కడిగిన నీటిలాగ; పసుపు, ఆకుపచ్చ రంగుగా; రక్తవర్ణముగా, చిక్కగా, జిగురుగా తీగసాగినట్టుగా వుంటుంది. నీచు కంపు, ముఱుగు వాసనలతో గానీ; అసలు వాసన లేకుండాగానీ ఉండవచ్చు. కొంతమందికి ఈ కుసుమ అంటిన చోట పుండుపడి, అప్పుడప్పుడు మంటగా వుంటుంది.

కుసుమ వ్యాధి వలన - కాళ్ళ తీతలు, నీరసము, నడుమునొప్పి, ఆకలి లేమి, తల నొప్పి, చిరాకు, అధిక రతి వాంఛ, అసలు రతివాంఛ లేకుండుట, రతిలో తృప్తి లేకపోవుట, మలబద్ధము, వంధ్యత్వమువంటివి కలుగవచ్చు. ముఖములో జీవకళ, ఉత్సాహము వుండవు. గర్భిణీ స్త్రీలలో

కూడా ఇది వుంటుంది దీని కారణముగా అప్పుడప్పుడు గర్భస్రావాలు జరుగవచ్చును.

### కుసుమ వ్యాధి వచ్చు కొన్ని కారణాలు :

గర్భాశయ వ్యాధులవలన; అపరిశుభ్రత వలన; కాఫీ, టీ, నల్లమందు, పొగాకు, మత్తు పదార్థాలు వంటివి అధికముగా సేవించుట వలన, గర్భాశయములో పూత, పుండు, కాయలు పగైరా ఉండుటవలన; సుఖవ్యాధు (గనోరియా, సిఫిలిస్)ల వలన; వ్యభిచారం వలన; ఒత్తిడులు, ఆందోళన, దుఃఖము, తీవ్ర ఆలోచనలవంటి మానసిక లక్షణాల వలన ఇది కలుగుతున్నది. ఇది అన్ని వయసుల వారికి సంక్రమిస్తున్నది. తల్లికి వ్యాధి వున్నా, భర్తకు సుఖవ్యాధులున్నా– ఈ వ్యాధి సంక్రమించే అవకాశమున్నది.

### కుసుమ వ్యాధి-జాగ్రత్తలు :

రతి తరువాత మల మూత్రాల విసర్జన తరువాత పరిశుభ్రమైన నీటితో యోని, ఆసనాలను, లోతుగా శుభ్రము చేసికోవాలి. స్నానము చేసేటపుడు మర్మాంగమును సబ్బుతో రుద్ది, శుభ్రము చేయాలి. ఇతరులు వాడిన సబ్బులు, లోపలి లంగాలు వాడరాదు. ప్రతిరోజు ఉతికిన బట్టలనే ధరించాలి. పండ్లు, ఆకుకూరలు, పాలు, మజ్జిగ విస్తారముగా వాడాలి. మసాలాలు, ఉప్పు, కారము, పచ్చళ్ళు, వెనగపిండి వంటి పదార్థాలను తగ్గించుట లేక అసలు మానివేయుట ఉత్తమము ! ఆసనాలు, వ్యాయామము వంటివి ఈ వ్యాధిని నిరోధించుటలో, నివారించుటలో సహకరిస్తాయి.

### కుసుమ వ్యాధి - చికిత్స :

**పల్సటిల్లా-30 :** ఇది అన్ని వయస్సుల స్త్రీలయందు కలుగు 'తెలుపు (కుసుమ)'కు వాడదగిన మంచి మందు ! ఉదయము ఒక డోస్, సాయంత్రము ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడాలి. గర్భిణీ స్త్రీలకు వాడేటప్పుడు జాగ్రత్త వహించాలి. వైద్య సలహా అవసరము !

కాక్యులస్-30 : ఇది గర్భిణీ స్త్రీల 'కుసుమ'కు మంచి మందు! దీనిని ఉదయము ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడాలి.

బోరాక్స్-30 : ఇది కోడిగ్రుడ్డులోని తెల్లసొనవలె ఉండు కుసుమకు మంచి మందు! కొంతమందికి కుసుమ వెచ్చగా ఉండి, తొడ నుంచి పాదాలదాకా కారుతుంటుంది. ఇంకొంతమందికి కుసుమ వలన ప్రసవించాక పాలు రుచి చెడును. బిడ్డ ఒక స్తనము పాలను త్రాగుతుంటే .... రెండో స్తనము నొప్పి వుంటుంది. బహిష్టులో తలనొప్పి, కడుపు నొప్పి ఉన్నా....సంతానము కలుగక పోయినా....బోరాక్స్ పని చేస్తుంది. ఉదయము సాయంత్రము లందు పూటకి 3 మాత్రలు చొప్పున వాడాలి.

అయోడియమ్-200 : 'కుసుమ' స్రావము బట్టకు తగిలి ....బట్టలను తినేస్తుంది. (బెజ్జాలు పడును). బట్టలకు- డాగుపడి, ఉతికినా పోదు. స్తనాలు ఎండిపోతాయి. ఈ లక్షణాలకు అయోడియమ్‌కు మంచి మందు! దీనిని ఉదయము ఒకడోస్, సాయంత్రము ఒక డోస్ (3మాత్రలు) చొప్పున వాడితే కొద్ది డోస్‌లలోనే నివారణ జరుగుతుంది.

కాల్కేరియా కార్బ్-30 : కొంతమంది పిల్లలకు పాలవలె కుసుమ బొతుంది. పిల్లలు దీనివలన క్షీణించి పోతారు. ఈ లక్షణాలకు కాల్కేరియాకార్బ్ మంచి మందు! పెద్దవారూ దీనిని వాడవచ్చు. ఉదయము, రాత్రి- పూటకు 3 మాత్రల చొప్పున కొన్ని డోస్‌లు వాడితేచాలు!

హెలోనియస్ (మదర్ టించర్) : ముట్లు ఎండే కాలములో కలిగే కుసుమకు ఇది పనిచేస్తుంది. దురద, మంట, చన్మొనల నొప్పి, సోమరితనమునకూ ఉపయోగిస్తుంది. శ్రమ వలన కుసుమ అధికమైనా పనిచేస్తుంది. మదర్ టించర్ 10 బొట్లు తీసికొని, అరఔన్స్ నీటిలో కలిపి; రోజుకు 2 సారులు ఉదయ-సాయంత్రములందు త్రాగాలి.

గ్రాఫైటీస్-30 : చన్మొనలు పగులుట, స్తనాల నొప్పి; ఉదయము లేవగానే- అయ్యే కుసుమ మంట- దురదలతో ఉండుట: యోని వాపు, శరీరము పగులుట, మలబద్ధము, సంభోగ వాంఛ లేకపోవుట

ఈ లక్షణాలకు గ్రాఫైటీస్ మంచి మందు! దీనిని ఉదయము, రాత్రి పూటకు 3 మాత్రల చొప్పున 3 రోజులు వాడాలి.

**సెపియా-30 :** భగరంధ్రములో పైకి పొడుచుకు వచ్చినట్లు నొప్పి, గర్భసంచినుండి నాభి వరకు పైకి పొడిచే నొప్పి; స్త్రీల అన్ని రకాల కుసుమకు సెపియా పని చేస్తుంది. కుసుమ పసుపుపచ్చగా ఉండి, సంతానము కలుగకపోతే.... సెపియా వలన కలుగుతుంది. దీనిని ఉదయము, మధ్యాహ్నము, రాత్రి- పూటకి 2 మాత్రల చొప్పున కొన్ని డోస్‌లు వాడితే చాలును.

**శాంగ్వినేరియా-200 :** ముట్లుడుగు కాలములో వచ్చు కుసుమ, గర్భాశయములో కాయలు (Polypi) బయలుదేరుట, శరీరము వెచ్చగా ఉండుట, ఈ లక్షణాలకు ఈ మందు పనిచేయును. దీనిని రోజుకు 2 సారులు సారికి 3 మాత్రల చొప్పున వాడితే తగ్గుతుంది.

**లైకోపోడియమ్-200 :** రక్తకుసుమ, పౌర్ణమికి ఉద్రేకించే కుసుమ మర్మావయవముపై లేచే గజ్జి (Eezema) కి ఇది మంచి మందు! ఈ మందును- రోజుకి 2 సారులు సారికి 3 మాత్రల చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడితే తగ్గుతుంది. రతివాంఛ అమితముగా ఉన్నా, రతివాంఛ అసలు లేకున్నా సరిచేస్తుంది.

**ఎల్యూమినా-200 :** రజస్వల కాలములో వచ్చు కుసుమ, పగలు అధికముగా స్రవించే కుసుమ పలుచగా తొడల వెంట కారు తుండుట, మూత్రము శరీరానికి తగిలితే భగ్గున మంట (వీరికి బొగ్గులు, బియ్యము, సీమసున్నము, మట్టి తినే అలవాటు కూడా ఉండవచ్చును). వంటి లక్షణాలకు ఇది మంచి మందు! దీనిని రోజుకి 2 సారులు సారికి 3 మాత్రల చొప్పున కొన్ని రోజులు వాడిన నివారణ జరుగును.

**సిడ్రాన్ (Cedron) :** ఋతుస్రావములో కుసుమ వచ్చుట లేక ఋతుస్రావమునకు బదులుగా కుసుమ వచ్చుట (ఐతే.... సరిగా ఒకే టైమ్‌లో వొతుంది) ఈ లక్షణాలకు సిడ్రాన్ బాగా పనిచేస్తుంది. దీనిని 30 పవర్‌లో రోజుకి ఒక డోస్ చొప్పున 3 రోజులు వాడాలి.

కాలీబైక్ : కుసుమ స్రావము జిగురుగా, చిక్కగా, తీగలా సాగుతున్నా; క్రొవ్వుగల స్థూలకాయులికి కుసుమ ఉన్నా.... ఈ మందు చక్కగా పనిచేస్తుంది. ఉదయము ఒక దోస్, రాత్రి ఒక దోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడాలి.

ఒరిగానమ్ (Origanam) : అతి సంభోగవాంఛ, ముష్టి మైథునము; పురుషులను చూడగానే- హస్తప్రయోగము చేసికోవాలనే కోరిక లేక రతి కోరిక; భర్త వియోగము పొందినవారికి, భర్త విడిచి పెట్టిన వారికి, వయస్సు పెరిగినా వివాహము కాని స్త్రీలకు సంభోగ వాంఛ; ఇట్టివారికి ఉన్న కుసుమ వ్యాధికి- కాలీబైక్ అమోఘముగా పని చేస్తుంది. (యోని దురద, స్రావము ఎక్కువ ఉంటుంది). దీనిని 200 పవర్‌లో రోజుకి 2 పూటలా పూటకి 3 మాత్రల చొప్పున కొంతకాలము వాడితే తగ్గుతుంది.

యాసిడ్ నైట్రిక్ 200 : మూత్రము, కుసుమ నీచువాసన (దుర్వాసనకు సల్ఫర్-200 కూడ వాడాలి) వచ్చుట; యోని దురద, యోనిపై పొక్కులు వుంటే.... యాసిడ్ నైట్రిక్-200 చాల మంచిది.

పై మందులతో కాలీమూర్-12×, నేట్రమ్‌మూర్-12×, ఫైప్ ఫాస్-12×, సైలీషియా-12× వీటిని ఉదయము 3, సాయంత్రము 3 టాబ్లెట్స్ చొప్పున కొంతకాలము వాడాలి.

## సంతానము కలుగక పోవుట (STERILITY) :

భర్త ఇంద్రియలోపము వలన కొందఱికైతే, రతిక్రీడ సాగించుట యందు లోపము మరి కొందరికి ! ఇంకొందఱికి గర్భసంచి సక్రమముగా లేకపోవుట వలన, కొందఱికి కంతుల వలన 'సర్విక్స్ (బిడ్డ సంచి ద్వారము)' మూసికొని పోవుటతో సంతానప్రాప్తి కలుగుట లేదు. కుసుమవ్యాధి, సుఖవ్యాధుల ప్రభావము, ఋతుశూల, ఋతుస్రావము ఎక్కువ అగుట వంటివి సంతానలేమికి కారణాలౌతున్నాయి. మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళనలు, అధిక శ్రమ, కొన్ని వ్యాధులను అణచి ఉంచుట (ఉదా॥ చర్మవ్యాధులు, ఆటలమ్మ, మశూచి, క్షయ మొ॥నవి) వంటి కారణాల వలన కూడ సంతానప్రాప్తి ఉండుటలేదు. భార్యా భర్తల

వయసు తేడా, వయసు ముదిరిన తరువాత పెండ్లి అగుట వంటివి కూడ సంతానలేమికి కొన్ని కారణాలే! కాబట్టి.... అన్ని కారణాలు తెలిసికొని, వాటిని నివారించి, ఆరోగ్యము పొందకపోతే.... సంతానము కలుగదు.

సంతానము కొఱకు ఏవో పూజలు- వ్రతాలు చేయుట, తెలిసీ-తెలియని మందులు వాడుట, ఫలితము కలుగలేదని నిరాశపడుట ఈ విజ్ఞాన యుగములో మంచి పద్ధతి కాదు. 'స్పెర్మ్‌బ్యాంక్'లు ఉన్నా.... మన సంస్కృతి హర్షించదు గనుక.... చికిత్సా పద్ధతులనే మనము అవలంబించాలి. కొన్ని ప్రధాన అనారోగ్యాలకు- చికిత్సలను ఈ క్రింద చూడండి!

వంధ్యత్వము-చికిత్స :

ఇంతవఱకు స్త్రీలకు చెప్పిన చికిత్సలన్నీ సంతానము కలుగుటకు ఉపయోగపడేవే! స్త్రీలకు ఉన్న అనారోగ్య లక్షణాలను తొలగిస్తే.... సహజముగానే సంతానవతులు అవుతారు. కనుక.... స్త్రీల ఆరోగ్యమును గుఱించి జాగ్రత్త అత్యంతావశ్యకము!

సాపాల్ మెట్టో : రతి వాంఛలేని వారికి, వాంఛ ఉడిగిన వారికి వాడదగిన ఔషధమిది! దీనిని 200 పవర్‌లో రోజుకి 2 సారులు (ఉదయము, రాత్రి) సారికి 3 మాత్రలు చొప్పున వాడాలి.

నేట్రుమ్‌మూర్-200, నేట్రుమ్‌ఫాస్-200 : ఇవి రెండూ సంతానము లేని వారికి వాడదగినవి. ఉదయము ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున 2 నెలలు వాడాలి.

సెపియా-200 : ఇది సంతానము లేనివారికి ముఖ్యమైన ఔషధము! దీనిని ఉదయము ఒక డోస్, సాయంత్రము ఒక డోస్ చొప్పున ఒక వారము వాడి; 15 రోజులు ఆగి, వెయ్యి పవర్‌లో ఒక డోస్ వాడాలి.

అశోక మదర్‌టించర్, ఎలట్రిస్ ఫెరినోసా మదర్ టించర్ : వీటిని అర ఔన్స్ నీటిలో 10 బొట్లు కలిపి ఉదయము-సాయంత్రము వాడవచ్చును.

నేట్రుమ్‌కార్బ్ 200 : సంతానము కలుగుటకు నమ్మదగిన ఔషధమిది! దీనివలన ఎందరికో సంతానఫలము అందినది. సంభోగము

నందు- పురుషుడికి వీర్యస్థానము కాగానే.... గర్భసంచి ముకుళించుకు పోయి, వీర్యము బయటకు నెట్టబడే స్త్రీలకు ఇది బాగా పనిచేస్తుంది.

సంభోగ సమయములో- స్త్రీ యోనినుండి ద్రవము వెలువడుతుంది. ఆ ద్రవము- అపాన వాయువువలె గాలి మరియు ధ్వనితో కొంతమంది యోని నుండి వెలువడుతుంది. దీనివలన శుక్రాన్ని లోనికి పోనీయదు, అట్టి వారికి కూడా నేట్రమ్‌కార్బ్ అద్భుతముగా పని చేస్తుంది.

ప్లంబమ్‌మెట్- **200** : గర్భసంచి చిన్నదిగా ఉండి, సాగే గుణము లోపించి (ముకుళించుకొని వుండుట); గర్భము రాకపోతే.... ఇది నమ్మదగిన మందు! దీనిని ఉదయము ఒక డోస్, రాత్రి ఒక డోస్ చొప్పున వాడాలి.

ఫాక్సిమా అమెరికానా మదర్ టించర్ : దీనిని ఉదయము, రాత్రి- పూటకి అర ఔన్స్ నీటిలో 10 చుక్కలు కలుపుకొని త్రాగాలి. ఎన్నో విజయాలు సాధించిన ఔషధము ఇది!

---

# సెక్స్ & హోమియో

## పార్ట్ - 3

## లైంగిక వ్యాధులు

## హోమియో చికిత్సలు

### ప్రతి దేశములోనూ విస్తరిస్తున్న లైంగిక వ్యాధి :

### ఎయిడ్స్ A. I. D. S.

"వెనిరియల్ డిసీజెస్" అంటే "సుఖవ్యాధులు" లేక "లైంగిక వ్యాధులు" అని అర్థము! సెక్స్ విషయములో హద్దులూ, అంకుశలూ దాటి; ఎవరితోపడితే వారితో తిరిగే వారికి- సిఫిలిస్, గనోరియా, ట్రాఫికో గ్రాన్యులోమా వంటి సుఖవ్యాధులు సంక్రమిస్తాయి. ఇవి రోగిని క్రమముగా క్షీణింపజేసి, చివరికి అకాల మరణమునకు కూడ గురిచేయవచ్చు. సుఖవ్యాధులు వచ్చుటకు వయో భేదము లేదు. ఇవి అన్ని దేశాలలోనూ విస్తారముగా కనిపించేవే!

అమెరికాలో- శృంగారము హద్దుమీరి, చిన్న వయస్సులోనే అనేక మందితో రతి జరుపుతూ, 'స్వలింగ సంపర్కము (Homo Sexuality)' నకు అలవాటుపడుతున్నారు. దీనికి తోడు మాదకద్రవ్యాలు- ఇంజక్షన్స్‌కు బానిసలౌతున్నారు. ఫ్రీసెక్స్‌తో- నైతిక జీవనానికి ఆటంకము కలుగుటయేకాక.... సుఖజీవనాన్ని భయంకరముగా మార్చే ఒక వింత వ్యాధి బయటపడినది. అదే 'ఎయిడ్స్!' గత కొద్ది సంవత్సరాలుగా సెక్స్ అంటే.... "అమ్మో!" అని భయపడే స్థితిని కల్పించిన వ్యాధి "ఎయిడ్స్ (A. I. D. S.)"- దీని పూర్తిపేరు "అక్వైర్డ్ ఇమ్యూనిటీ డెఫిషియన్సీ సింగ్రోమ్ (Acquired Immunity Deficiency Syndrome)"

1980 వ సం॥ములో కాలిఫోర్నియా డాక్టర్లు 'న్యూమోనియా' వంటి వ్యాధితో బాధపడుతూ, రోగ నిరోధక శక్తి తగ్గిపోతున్న రోగులనూ; న్యూయార్క్ డాక్టర్లు 'కపోసిస్ సర్ కోమా' సంక్రమించిన ఒక యువ కుణ్ణి పరీక్షించారు. ఈ వ్యాధి న్యూయార్క్ లోనూ, శాన్ ఫ్రాన్సిస్కోలో నూ 'హోమో సెక్స్‌వల్స్ (స్వలింగ సంపర్కులు)' నందు ఎక్కువ మందికి కనిపించుటను గమనించారు. ఈ వింత రోగాన్ని గురించి 'యునైటెడ్ స్టేట్స్ సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజెస్ కంట్రోల్'కు సమాచారాలను అంద జేసారు. ఆ లక్షణాలను పరిశీలించిన అక్కడి డాక్టర్లు "మన సమాజము లోకి ఒక వింత వ్యాధి ప్రవేశించింది" అని నిర్ధారణ చేసారు. ఐతే.... ఈ వింత రోగము "తిరుగుబోతుల వలన వస్తున్నదని" భావించి-దానిని గురించి శ్రద్ధ చూపలేదు. ఈ వ్యాధి ఒక్క సంవత్సరములోనే 1200 మందిని చంపుటతో.... అప్పుడు అక్కడి ప్రభుత్వాలు కళ్ళు తెరిచి, శ్రద్ధ తీసుకొని దాని నివారణకు పరిశోధనలు ప్రారంభించాయి. 'ఎయిడ్స్' వ్యాధిగ్రస్తుల రక్తములో ఒక 'వైరస్' కనుగొన్నారు. దాని పేరు 'లింఫోడినోపతి అసో సియేటెడ్ వైరస్'గా ఫ్రాన్స్ తెలిపింది. దానికే అమెరికా "టిసెల్ లింఫో ట్రోఫిక్ వైరస్-III" అని పేరు పెట్టింది. ప్రస్తుతము దీనిని "H.I.V హ్యూమన్ ఇమ్యునో డెఫిషియన్సీ వైరస్" అన్న పేరుతో పిలుస్తున్నారు.

H.I.V.: తెల్ల రక్తకణాల సబ్ గ్రూప్ ఐన T-4 లింఫో సైట్స్‌మీద దాడిచేసి, T సెల్‌లో ప్రవేశించి, జెనెటిక్ మెటీరియల్‌కు సంబంధించిన న్యూక్లియస్‌లో స్థావరము ఏర్పఱచుకొని, తెల్ల రక్తకణాల చైతన్యమును నాశనము చేయుట వలన- శరీరములో వ్యాధి నిరోధక శక్తి తగ్గిపోతుంది. శరీరము నిర్వీర్యము ఔతుంది.

'ఎయిడ్స్'- చుంబనాల ద్వారా, ఇంజక్షన్ చేసే సూదుల ద్వారా, రక్త మార్పిడి ద్వారా వ్యాపిస్తున్నది. ఈనాడు పురుషులనుండి స్త్రీలకు త్వరగా వ్యాపిస్తుంది ఎక్కువగా హోమో సెక్స్‌వల్స్ నందు 'ఎయిడ్స్' కనిపిస్తుంది. వారికి సుఖవ్యాధుల లేకపోయినా.... ఇది వ్యాపిస్తుంది.

ఇది సోకిన 5 సం॥లకు గాని దీని లక్షణాలను గుర్తించలేము. కాబట్టి 'ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ' అధికారులు రక్తనిధి కేంద్రాలలో ఉన్న అందరి రక్తములోనూ ఈ వైరస్ పరీక్ష జరపమని, 'బ్లడ్ ట్రాన్స్‌మిషన్' ద్వారా కూడా ఎక్కువగా విస్తరిస్తుందని సలహా ఇచ్చారు. నిజానికి ఇది అమెరికా నుంచి కంటె మధ్య ఆఫ్రికాలో గల ఆకుపచ్చ కోతులనుండి వ్యాపించిందని విశ్వసించారు దీనిని అమెరికన్‌లు "ఫియర్" అంటుంటే, ఆఫ్రికన్‌లు "హర్రర్" అంటున్నారు. ఇప్పుడు అన్ని దేశాల వారు యుద్ధ ప్రాతిపదికపై ఈ వ్యాధిని గురించి పరిశోధనలు జరుపుతున్నారు.

### అమెరికాలో A.I.D S. :

1985-'86 లో ఈ వ్యాధి నివారణకు కోటి అరవై లక్షల డాలర్‌ల ధనమును ప్రభుత్వము కేటాయించినా.... కొన్ని వేలమంది చనిపోయారు. 'సర్జరీ వలన ఇది ఆరోగ్యవంతులకు వ్యాపిస్తుంది' అనే భయముతో బహమాన్‌లోని ఫ్రీ పోర్ట్‌లో ఉన్న 'ఇమ్యూనాలజీ రీసెర్చ్ సెంటర్' మూసివేసారు. క్యాన్సర్‌కు ఇచ్చే సీరమ్‌లో కూడా ఈ వ్యాధి లక్షణాలు కనిపించుట వలన ఈ సెంటర్ మూసివేసారు. ఒక్క అమెరికాలోనే లక్షలాది మంది ఎయిడ్స్ రోగులు ఉంటారని అంచనా! ప్రారంభములో యూరోపియన్ దేశాలముందు ఒక్క ఫ్రాన్స్‌లోనే 500 పైగా ఎయిడ్స్ కేస్‌లు నమోదు అయ్యాయి. జర్మనీలో 200 కేస్‌లు, బ్రిటన్‌లో 198 కేస్‌లు, బ్రెజిల్‌లో 415 కేస్‌లు నమోదు అయ్యాయి. అందువలన ఈ దేశాలు 1970 నుంచి శృంగార పద్ధతులలో, సహజ ధర్మాలలో విచ్చలవిడితనము లేని మన భారతదేశాన్ని ఆదర్శముగా తీసికొని, పునాది వేసికొనుట ప్రారంభించాయి.

ఇప్పుడు అమెరికాలో అనేక వైద్య సంస్థలు, సేవా సంస్థలు కరపత్రాలద్వారా, అనేక ప్రచార సాధనాలద్వారా ఈ వ్యాధి నిరోధానికి, నివారణకూ ప్రచారము చేస్తున్నాయి.

పిల్లలకు ఈ వ్యాధి సోకితే త్వరగా చనిపోతారు. ఈ వ్యాధి ఎప్పుడు వ్యాపిస్తుందో, ఎప్పుడు అభివృద్ధి చెందుతుందో.... చెప్పుటకు

శాస్త్రజ్ఞులకే అంతుచిక్కని సమస్యగా వుంది. "ఇచియమ్" "లెవిస్టాౖన్" అనే రెండు సంస్థలు 'ఎయిడ్స్' గురించి కృషి చేస్తున్నాయి. శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కోలోని C.B.N. టెలివిజన్ వీలైనంత విస్తృత ప్రచారము కొఱకు డాక్యుమెంటరీ రీల్ తీసి ప్రదర్శనలు జరుపుతున్నది. ఐనా విచ్చలవిడి తనము వారిని విడిచి పెట్టనందున.... వైద్య పరిశోధనలకు అవరోధము జరుగుతూనే వున్నది.

వైద్యశాలలలో సైతము రోగులకు వాకిటి దగ్గరే ఆహారపదార్థాలను పెడుతున్నారు. నర్సులు, పనివాళ్ళు, వైద్యులు, బంధువులు, స్నేహితులు వ్యాధి సోకిన వారికి వీలైనంత దూరములో వుంటున్నారు.

లాస్‌ఏంజిల్స్‌లో ఈ వ్యాధి సోకిన వారిని ఉద్యోగాలనుండి తొలగించమని ఆర్డర్‌లు జారీ చేసారు. ఎయిడ్స్‌వ్యాధి వున్నదని ప్రపంచానికి మొదట తెలియ పఱచినది- హాలీవుడ్ సినీ నటుడు "రాక్ హడ్సన్" అను నతను! అతనికి వ్యాధి వున్నదని తెలిసికూడా అవమానము జరుగుతుందనీ, చిత్రాలలో నటించే అవకాశము రాదనీ, T.V. సీరియల్స్‌లో చిత్రాలలో యధావిధిగా చుంబనాలు, కౌగిలింతలు సాగించుట వలన ఆతని సరసన నటించిన 'లిండాయివాన్'కు ఈ వ్యాధి సంక్రమించినదని చెప్పబడుతున్నది. ఇంకా ఎలిజబెత్ టేలర్, బర్డ్‌రేనాల్డ్స్, షిర్లీమాక్లెయిన్, బెట్టీమిడ్లర్, డాక్టర్ సెమ్మీ డెలిస్ మొ॥ వారికి ఈ వ్యాధి వ్యాపించింది.

వాషింగ్టన్‌లోని జీవ రసాయన కార్యాలయములో "ఎయిడ్స్" వ్యాధికి ఒక మందు కనుక్కొన్నారు. అది రోగులకు కొంతవఱకు స్వస్థత చేకూర్చుతున్నది.

## ఎయిడ్స్ నివారణ చర్య :

భారతదేశములో ఎయిడ్స్ వ్యాధితో చనిపోయిన మొదటి వ్యక్తి "బీహారీలాల్ రామచంద్రముఖర్జీ" అనే వ్యాపారి! దీనిని మనదేశములో 1981 లో గుర్తించారు. ఇతను చికిత్సకోసము అమెరికా వెళ్ళి అక్కడ గుండెకు 'బైపాస్ ఆపరేషన్' చేయించుకున్నప్పుడు రక్త మార్పిడి చేయ

వలసి వచ్చింది. ఆ రక్తము ద్వారా ఇతనికి ఎయిడ్స్ వ్యాధి వచ్చినదని అక్కడి డాక్టర్‌ల అభిప్రాయము !

ఇప్పుడు 'ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ'వారు డిసెంబర్-1ని "ఎయిడ్స్ దినముగా"గా ప్రకటించారు.

ఇది ఒకరినుండి ఒకరికి అంటు వ్యాధిగా రాదని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థవారు నిర్ణయించినట్లు తెలుస్తున్నది. కేవలము శారీరక సంబంధాల వలననే ఈ వ్యాధి వస్తుందని వారి అభిప్రాయము ! మద్రాస్‌లో దాదాపు ప్రస్తుతం వందలాది కేస్‌లు వున్నట్లు తెలుస్తున్నది.

భారతదేశము నందుగల కేరళలో 1937 సం॥లో జన్మించిన డా॥ సారంగధరన్ ఈ మధ్య అమెరికాలో పరిశోధన జరిపి, ఎయిడ్స్ వ్యాధికి "AID ఎజిడోథిమిడిన్" అనే ఔషధమును కనుగొన్నారు. ఇది "యాంటివైరస్ ఏజెంట్"గా పని చేస్తుందని తెలుపుతున్నారు.

ఎయిడ్స్‌కి వాక్సిన్ తయారుచేసి ఇస్తున్నారు. దీనిని ఎలుకమీద ప్రయోగించినపుడు "యాంటీ బాడీస్" ఉత్పత్తి చేసినదనీ, ఇప్పటిదాకా రోగులకు వాడినా.... దుష్ప్రభావము చూపించలేదని తెలియజేస్తున్నారు.

భారతదేశములో విచ్చలవిడిగా వ్యభిచారము లేనందున ఆ కారణముగా ఎయిడ్స్ వ్యాపించకపోయినా.... ఇతర కారణాల వలన అధికముగా వ్యాపించవచ్చును. గాన.... దీని దుష్ప్రభావాలను తెలిసికొని, ప్రజలు విజ్ఞానవంతులై దీని నుండి రక్షింపబడుటకు ప్రయత్నము, కృషి తప్పక చేయవలసి ఉన్నది.

## ఎయిడ్స్‌ను నిరోధించుటకు టీకా మందు :

నిర్విరామ కృషి వలన గణనీయమైన ముందడుగుగా 'టీకా' మందును భావిస్తున్నారు. "న్యూఆర్లియన్స్" వద్దగల పరిశోధన శాలలో వున్న "మైకేల్ మర్టీకార్స్' ఈ టీకా మందును కోతులపై ప్రయోగించి విజయము సాధించాడు. మనుష్యులకు కూడ ఎయిడ్స్‌వ్యాధిని నిరోధించుటకు ఇది మార్గదర్శి" అని ఆయన ప్రకటించాడు. కోతులకు ఉన్న

ఎయిడ్స్‌ను- "సిమయన్ ఇమ్యూనిటి డిఫిషియన్సీ వైరస్ (S. I. V.)" అంటున్నారు. మనుషుల ఎయిడ్స్‌కీ, దీనికి తేడా వున్నదని భావిస్తున్నారు.

ఎయిడ్స్‌ను గుర్తించుటకు కొన్ని లక్షణాలు-సూచనలు :

1] శరీరము బరువుని కోల్పోవుట,

2] రోగ నిరోధకశక్తి త్వరగా హరించిపోవుట,

3] తెల్ల రక్తకణాల వ్యవస్థ సమూలముగా ధ్వంసమగుట,

4] లింఫ్ గ్రంథుల వాపు, జ్వరము, విరేచనాల వంటివి ఉండుట,

5] ఏ చిన్న వ్యాధికీ తట్టుకోలేక పోవుట,

6] చెమటలు పట్టుట, ఆకలి నశించుట- మొదలగునవి. ఈ లక్షణాలను- "ఎయిడ్స్ రిలేటెడ్ కాంప్లెక్స్" అంటారు. ఏ లక్షణాలు కనిపించకుండా కూడ మనిషిని మరణానికి తీసుకుపోవచ్చు.

## ఎయిడ్స్‌ను గురించి హోమియోపతి విశ్లేషణలు

హోమియో సిద్ధాంత ప్రకారము 'సిఫిలిస్+సైకోసిస్ (గనోరియా)' ను అణచిపెట్టుట వలన ఎయిడ్స్ వస్తున్నది. అంటే.... రెండు రంగులు కలిసిన- మరొక క్రొత్త రంగు రూపొందినట్లుగాను, కొన్ని రసాయనిక పదార్థాలు కలిసిన– మరొక క్రొత్త రసాయనిక గుణాలు ఉత్పత్తి ఐనట్లుగాను.... పైన చెప్పిన రెండు మియాజ్మలు అణగారుట వలన ఎయిడ్స్ ప్రబలుతున్నది. దీనికి ప్రధానమైన 'సోరా' మియాజ్మ కూడా కలుస్తుంది. దీని లక్షణమును బట్టి.... 'హోమియో వైద్యము' అను గ్రంథము చదివి, మందులు ఎన్నుకొనుట మంచిది.

'జైన్ పబ్లికేషన్స్, న్యూఢిల్లీ' వారు ప్రచురించిన "హైలైట్స్ ఆఫ్ హోమియో ప్రాక్టీస్" (రచన : డా॥ చటర్జీ) లో ఇచ్చిన చికిత్సా సూచనలను ఈ క్రింద ఇస్తున్నాము- గమనించండి!

బయోకెమిక్స్-6x పొటెన్సీలో వాడుతూ.... శారీరక బరువును క్రమపఱచ వచ్చును.

సల్ఫర్, తూజా, సిఫిలినమ్, బేసిలినమ్, మెడోరినమ్, కార్సినోసిన్ మున్నగు యాంటిమియాజ్మ్ ఔషధాలను వాడవచ్చును. గ్రంథుల వాపులో- మోర్బలినమ్, పారోటిపినమ్ మొ॥గు మందులు వాడాలి.

హోమియో రీసెర్చ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్స్ తెలుపుతున్న కొన్ని ఔషధములు : బ్రెజిల్ కాంగ్రెస్ ఆఫ్ L.I G.A. సెప్టెంబర్-1986 వ సం॥ములో "డా॥ ఫ్రాన్‌సిసెస్ ట్రోట్టో ఫిల్‌హో (Dr. Francises Trotto Filho) అను శాస్త్రవేత్త తెలియజేసిన మందులు : సల్ఫర్, వనడియమ్, ఫైటోలక్కా, సిలికా, సోరినమ్, హెపార్‌సల్ఫ్, చైనా, మెడోరినమ్, సిఫిలినమ్! ఈ మందులు : ఎయిడ్స్‌వ్యాధి నిరోధకాలు, నివారకాలుగా కూడా పనిచేస్తాయని తెలిపారు.

## 'మహాభారతము' నాటి ఎయిడ్స్ కేస్‌లు

"ఇమ్యూనిటీ" అనే శక్తి శరీరములో వుండి, మన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుందని తెలుసుకున్నాము. ఈ ఇమ్యూనిటీ లోపము వలన జలుబు నుండి, క్యాన్సర్ వరకు రకరకాలుగా వ్యాధులు రావచ్చు. 'ఇమ్యూనాలజీ'నే వాడుక భాషలో మనము "వ్యాధి నిరోధక శక్తి" అంటాము. 'ఎయిడ్స్ (అక్వయిర్డ్ ఇమ్యూనిటి డెఫిషియన్సీ సింద్రోమ్)'ని- తెలుగులో "సంక్రమిత వ్యాధి నిరోధక క్షయా లక్షణము" అని పిలుస్తాము. ఇది రోగముకాదు. ఇది శరీర వ్యాధి లక్షణాలను తెలిపే ఒకానొక రోగ పరిస్థితి యొక్క సూచనల సముదాయము! ఈ లక్షణాలలో కనిపించే రోగి - 'మహా భారత కాలములోని విచిత్ర వీర్యుడు (పాండురాజు తండ్రి)'! ఈతడు స్త్రీ లోలుడు!! చివరికి వ్యాధి లక్షణాలు అధికమై చనిపోతాడు. అలాగే.... 'రఘు వంశము'లో కడపటి వాడైన అగ్నివర్ణుడు కూడ స్త్రీ లోలుడై, క్షీణించి- క్షీణించి చనిపోతాడు ఇట్లు క్షీణించే వ్యాధిని ఆనాటి వైద్యులు క్షయ లక్షణాలు గలదని అనుకున్నారు. కాని.... అప్పటికే ఆయుర్వేదములో క్షయ నివారక మందులు వున్నా.... నివారణ కాకపోవుట వలన అది 'ఎయిడ్స్' అని ఈనాటి వైద్యులు భావిస్తున్నారు. పాండురాజుకూడ

పాలిపోయి, క్రమ క్రమముగా క్షీణించి; చనిపోవుట వలన.... ఈనాటి శాస్త్ర విజ్ఞానులు తెలిపిన పరిశోధన లక్షణాలను బట్టి.... మహాభారత కాలములోనే 'ఎయిడ్స్' వున్నదని గ్రహించవచ్చును.

## ఎయిడ్స్‌కు తోడు 'లూపిస్'

అమెరికన్‌లను భయపెట్టే వ్యాధులలో 'లూపిస్' వ్యాధి ఒకటి! ఇది 'ఎయిడ్స్' వ్యాధిలాగా అనేకులను చుట్టబెట్టుచున్నది. దీనినే "సీతా కోక చిలుక వ్యాధి" అంటారు. ఇది సంవత్సరానికి 60 వేల మందిని బాధిస్తున్నదని వైద్యుల పరిశోధన తెలుపుతున్నది. ఇది అమెరికాలోనే కాక.... చైనా, రష్యా, బల్గేరియాలలో కూడ విశ్వరూపము ప్రదర్శిస్తు న్నది. దీని నివారణ చర్యలలో ఒక భాగముగా 'లూపిస్' మ్యాగజైన్‌ను నడుపుతున్నారు. ఈ పత్రిక 50 వేల ప్రతులదాకా ప్రచురించబడుతున్నది. 'లూపిస్' వ్యాధిని గురించి ఒక లేడీ డాక్టర్ మూడు పుస్తకాలను వ్రాసింది. దీనిమీద విస్తృతముగా ఉపన్యాసాలూ, వ్యాసాలూ ప్రచురించ బడుతున్నాయి. ఈ వ్యాధి స్త్రీలలో అధికముగా కనిపిస్తుంది. అమెరికాలో 'లూపిస్ ఫౌండేషన్' పేరుతో ఒక సంస్థ ప్రారంభించబడి, ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నది. ఈ ఫౌండేషన్- ఇంగ్లాండ్, ఫ్రాన్స్‌లలో కూడ స్థాపించి; లూపిస్ నివారణ చర్యలను గురించి పరిశోధనలను జరుపుతున్నారు.

### లూపిస్ వ్యాధి ప్రత్యేక లక్షణాలు :

ఎండలో కాసేపు వున్నా.... శరీరము ఎఱ్ఱగా కంది, సీతాకోక చిలుక బొమ్మకువలె ముక్కు భాగాలపైన వాపులాగ పొంగు కనిపిస్తుంది. రక్తాన్ని కలుషితము చేస్తుంది. రోగి బలహీనపడి పోతాడు. మూత్ర పిండాలను నాశనము చేస్తుంది కళ్ళు మరీ నీలముగా మారుతుంటాయి. జ్వరము కూడ రావచ్చును. శాస్త్రజ్ఞులు దీని నిరోధక, నివారక మందుల డోసేజ్ (మోతాదు) మొదలగు వాటిపై పరిశోధనలు జరుపుతున్నారు.

లూపిస్-చికిత్స :

ఈ లక్షణాలను బట్టి బెల్లడోన, ఎకోనైట్, పల్స్, సల్ఫర్, తూజా, ఫెర్రమ్‌ఫాస్, కాలీమూర్, నేట్రమ్‌మూర్ మొ॥ మందులను ఉపయోగించవచ్చని హోమియో వైద్య శాస్త్రవేత్తలు భావిస్తున్నారు.

## హోమియో మందుతో ఎయిడ్స్ నివారణ

ప్రాణాంతకమైన 'ఎయిడ్స్' వ్యాధి నివారణకు హోమియో వైద్యము బాగా పని చేయవచ్చని డాక్టర్లు అంటున్నారు. భారత్, ఫ్రాన్స్‌లలోని హోమియోపతి పరిశోధనా కేంద్రాలలో జరిపిన అధ్యయనాలలో ప్రాథమికముగా ఈ విషయము వెల్లడైనది ఈ కేంద్రాలలో హోమియో చికిత్స పొందిన ఎయిడ్స్ రోగులలో సదరు వ్యాధికి మూల కారణమైన హ్యూమన్ ఇమ్యునో డెఫిషియన్స్ వైరస్ (H. I. V.) నశించినట్లు తేలింది. భారత్‌లోని ఒక హోమియోపతి కేంద్రములో చికిత్స పొందిన వందమంది ఎయిడ్స్ రోగులకు చికిత్సానంతరము రక్త పరీక్షచేస్తే.... అందులో పన్నెండు మందికి H. I. వైరస్ ఎక్కడా కనపడలేదని 'రిజిస్టర్స్ హోమియోపతి ప్రాక్టీషనర్స్ సొసైటీ ఆఫ్ మలేషియా' అధ్యక్షుడు డాక్టర్ నిక్ ఒమర్ దౌద్- 'బెర్నామా' వార్తా సంస్థకు తెలిపారు. గత నాలుగేళ్ళుగా ఈ దిశలో జరుపుతున్న పరిశోధనల ఫలితాలు ఇంకా ఒక నిర్దిష్టమైన నిర్ణయానికి వచ్చేలా లేనప్పటికీ.... 'ఎయిడ్స్' నివారణకు హోమియోపతి సమర్థవంతముగా పని చేస్తుందన్న బలీయమైన ఆశ ఉందని ఆయన చెప్పారు.

## ఎయిడ్స్ కోరలలో ...

**(జూన్-6, 1992 నాటి "ఈనాడు" ఎడిటోరియల్ క్లుప్తముగా)**

ఈ దశాబ్దము చివరికి- 'ఎయిడ్స్' వ్యాధి వలన రెండున్నర కోట్ల మంది బలౌతారని పన్నెండు కోట్ల మందికి 'ఎయిడ్స్' సోకుతుందని.... 'హార్వర్డ్ యూనివర్శిటీ' బృందము తెలియజేసింది. అన్ని దేశాలలో కలిపి- ఈనాడు 26 లక్షల మందికి 'ఎయిడ్స్' వ్యాధి వున్నదని వారి

అంచనా! 'W.H O.' వారి లెక్కల ప్రకారము- 12 లక్షల మంది 'ఎయిడ్స్'తో మరణించారు. కోటీ 15 లక్షలమందికి 'ఎయిడ్స్' వున్నది. ఈ శతాబ్దము చివరికి నాలుగు కోట్ల మంది ఈ వ్యాధికి గురౌతారు.

భారత దేశములో ఐదు లక్షల మందికి ఈసరికే 'ఎయిడ్స్' వున్నదనీ, నివారణ చర్యలు సక్రమముగా లేకపోతే ... రెండువేల సం॥ము నాటికి మన దేశములో 50 లక్షల మందికి ఈ వ్యాధి సోకవచ్చునని ప్రపంచ బ్యాంక్ వారు తెలియజేసారు.

మన "భారత ఆరోగ్య మంత్రిత్వశాఖ లెక్కల ప్రకారము 7 వేల మందికే ఈ వ్యాధి వున్నదనీ, మరణించినవారు 104 మందేనని వున్నది.

ఐతే...."1991 డిసెంబర్ బులెటిన్‌లో ఇండియన్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ మెడికల్ రీసెర్చ్ సెంటర్" వారు కనీసము నాలుగు లక్షల మందికి మన దేశములో 'ఎయిడ్స్' వున్నదనీ, 1995 నాటికి 75వేల మందికి ఈ వ్యాధి ముదురుతుందనీ తెలియజేసారు.

అదే విధముగా డైరెక్టరేట్ జనరల్ ఆఫ్ హెల్త్ సర్వీసెస్ వారు మన దేశములో ప్రతి వేయిమందిలో ఐదుగురు 'ఎయిడ్స్' వున్న వారేనని తెలియజేసారు. అంటే 95-96 సం॥లకి సుమారు 45 లక్షల మంది 'ఎయిడ్స్' వ్యాధి గ్రస్తులు ఉంటారన్నమాట!

మన దేశములో ఆరేళ్ళనాడు మొదటి ఎయిడ్స్ కేస్ బొంబాయిలో నమోదైనది.

మన తెలుగునాట తిరుపతి, విజయవాడ, చిలకలూరిపేట లాటి నగరాలలో ఎయిడ్స్ కేస్‌లు నమోదౌట చూస్తే.... రాష్ట్రానికి ఎయిడ్స్ ప్రమాదము అతి చేరువలో వున్నట్లు అర్థమౌతున్నది.

("ఈనాడు" ఆదివారము, జూన్-7, 1992 ప్రకటన)

ఎయిడ్స్ నిరోధక ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ డా॥ B. నందరాజ్‌సింగ్ 'న్యూస్ టుడే'తో "ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో-1991-డిసెంబర్ నాటికి 174 మందికి ఎయిడ్స్ వున్నట్లు నిర్ధారణ అయింది. వీరిలో 92 మంది జంట నగరా

లకు చెందినవారు కాగా.... 78 మంది తిరుపతి, నలుగురు విశాఖపట్టణము ప్రాంతాలకు చెందినవారున్నారు!" అని తెలియజేసారు.

సెక్స్ డిసీజెస్- రాగల కారణాలు :

లైంగిక జీవనములో-క్రమ పద్ధతి లేక పోవుటవలన, విచ్చలవిడి పోకడల వలన సుఖవ్యాధులు ప్రతి సంవత్సరము 25 కోట్ల మందికి సోకుతున్నాయని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థవారి సమాచారము! ఇందులో గనోరియా, సిఫిలిస్, జెనిటల్ హెర్పెస్, ఎయిడ్స్, లూపిస్‌లు కూడా ఉన్నట్లు తెలిసినది. ఇవి ఆ సోకిన వారితోనే పోవు. బిడ్డ-బిడ్డ తరాలను బాధి స్తాయి. సంతానము లేకపోవుట (వంధ్యత్వము), గర్భస్రావాలు, అంధ త్వము, క్యాన్సర్ లాటివి- సుఖ వ్యాధుల వలన వచ్చే ముఖ్యమైన అనర్థాలు! ఈ సుఖవ్యాధులు 20 నుండి 29 సం॥ల వయస్సు వారిలో ఎక్కువంటున్నారు వైద్య నిపుణులు! చెత్త సాహిత్యము, సమాజ స్పృహ లేని కొన్ని సినిమాలు, 'సెక్స్ ఎడ్యుకేషన్' లోపించుట కూడ ఈ జబ్బు లకు మూలమే!! వేక్సిన్ (Vaccine=టీకాల మందు) లేకపోవుట నిరోధక ఔషధాల కొఱత; మాదకద్రవ్యాలు, మద్యపానము వంటి అల వాట్లవలన ఈ వ్యాధుల నివారణ కష్టమౌతున్నది.

"ఘాటైన మందులతో సుఖవ్యాధులను అణచి ఉంచుట వలన అవి శరీరములోని ముఖ్య అవయవాలను నాశనము చేస్తున్నవ"న్నారు హోమియో వైద్య నిర్మాత డా॥ హనిమాన్! "ఇలా చేస్తున్నందునే నూటికి 75 శాతము వ్యాధులు సరైన చికిత్సలేక ఈ రోజులలో సంక్ర మిస్తున్నాయ"న్నారు డా॥ కెంట్, డా॥ హెరింగ్‌వంటి హోమియో వైద్య నిష్ణాతులు!

కనుక ఈ వ్యాధులనుండి మానవజాతినీ, ముఖ్యముగా నిర్వీర్య మౌతున్న 'యువత'ను కాపాడుటకు సమగ్ర చికిత్సా విధానము అత్యంత ఆవశ్యకము ఔతున్నది. ఆ ఉద్దేశ్యముతోనే- ఈ వ్యాధులను గురించిన 'సమగ్ర చికిత్సా విధానము'ను చర్చించుకొందాము.

## గనోరియా (GONORRHOEA= సెగరోగము)

ఈ సుఖవ్యాధి రతి క్రీడ వలన ఒకరి నుండి మరొకరికి అంటు కొంటుంది. ఈ జబ్బు స్త్రీలకన్నా- పురుషులకే ఎక్కువగా వ్యాపించి, బాధిస్తుంది. సంభోగము తరువాత 7 నుండి 15 రోజులలో బయటపడు తుంది. కొందఱిలో మూత్రము శక్తి తగ్గినపుడు గానీ, వృద్ధాప్యములో గానీ వెలికి వస్తున్నది

### సెగవ్యాధి- ప్రారంభ లక్షణాలు :

అంగము చివర- దురద; స్తంభించినప్పుడు- బాధ; మూత్రము విడిచే టప్పుడు- మంట; బాధ; మూత్రద్వారము ఎర్రబడుట; గజ్జలలో, అండా లలో రేతో వాహికలు లాగినట్లుండి జ్వరముగా ఉండుట, అంగమునుండి తెల్లని లేక పచ్చని ద్రవము కాఱీ, బట్టలకు మఱకలు పడుట; నిద్రలో అంగ స్తంభన జఱిగి బాధ కలిగించుట మొ॥లగు లక్షణాలు ఉండగలవు.

### సెగవ్యాధి- ద్వితీయావస్థ :

పైన చెప్పిన లక్షణాలు తీవ్రమై, అంగము నుండి పసుపు పచ్చ మరియు రక్తవర్ణములో ద్రవము స్రవించుట, అంగ స్తంభన- బాధాకర ముగా వుండి, రతిక్రీడ కష్టముగా ఉంటుంది. మూత్రద్వారము ముడుచుకు పోవడమో, మూత్రము బొట్లు బొట్లుగా రావడమో జరుగుతుంది. క్రమ క్రమముగా ఈ బాధలన్నీ తగ్గిపోయి, అంగము నుండి స్రావము వస్తుంటుంది. సరైన చికిత్సలేక, ఆహార- విహారాల వలన 'సెగ' దాగి ఉండి, 'జీర్ణించిన సెగ'గా మాఱుతుంది. ఈ దశలో- మూత్ర విసర్జన నాళము నుండి- పలుచని, చీమువంటి స్రావము వస్తూ వుఁటుంది. దీనినే వైద్య పరిభాషలో "గ్లీట్ (Gleet)" అని అంటారు. ఇట్టి పరిస్థితినే "దీర్ఘ సెగ (Chronic Gonorrhoea)" అని అంటారు.

### గ్లీట్ (GLEET) ను గుఱించిన వివరణ :

ఈ దశలో- బాధ తక్కువేగానీ,.... స్రావము ఎక్కువ! కనీసము ఈ దశలో నైనా తగిన వైద్యము జరుగక పోతే "దీర్ఘరోగి" ఔతాడు

మనిషి! క్రమక్రమముగా ప్రోస్టేట్ గ్రంథి వాచుట, చీము పట్టుట, మూత్ర బంధన వంటిదేదైనా జరుగవచ్చు. "ఈ స్రావము కన్నా- అల్లోపతి మందులలో సెగను అణచి ఉండుట ఎక్కువ ప్రమాదకరమ"ని డా॥ హనిమాన్ హెచ్చరించాడు.

ఆహార విషయములో జాగ్రత్తగా ఉండేవారికి- స్రావము కని పించక పోవుటను తగ్గినట్లని భ్రమ పడ గూడదు. వేడిచేసే పదార్థాలు (కోడి మాంసము, గుమ్మడికాయ) తిన్నా, నిద్ర కాచినా, ప్రయాణ బడలిక వలన స్రావము కినిపిస్తుంది. తగ్గినా.... వేశ్యలతో సంభోగిస్తే.... మళ్ళీ తయారౌతుంది. సెగవ్యాధి యొక్క ఆయా దశలను బట్టి తగిన చికిత్సలు జరగాలి. "జీర్ణించిన సెగను అణచి ఉంచడమే 'సైకోసిస్' మియాజ్మ్" అని హోమియో వైద్య శాస్త్రము తెలిపినది. (మియాజ్మ్‌ల సమగ్ర వివ రణకు- నాచే వ్రాయబడిన "హోమియో వైద్యము" చదవండి!)

### గనోరియా- ఆరోగ్య విధులు :

సైకిల్, గుఱ్ఱపు స్వారీ వంటివి మానాలి. అరుగని పదార్థాలను తినరాదు, గ్రుడ్లు, చేప, మాంసము, కాఫీ, టీ, పొగాకు, బ్రాందీ, వ్యభి చారములు కూడదు. మూత్ర విసర్జన తరువాత శుభ్రమైన నీళ్ళతో కడు క్కోవాలి. 'కుసుమ వ్యాధి (వైట్ డిశ్చార్జ్)' ఉన్న స్త్రీలు 'డెట్టాల్' నీటితో మర్మావయవాలను శుభ్రము చేసికోవాలి. ఈ వ్యాధులున్న భార్యా భర్తలిద్దరూ తప్పనిసరిగా చికిత్స పొందాలి.

సెగ వ్యాధి "గనోకాకస్ (Gono- Coccus)" అను క్రిముల వలన వస్తుందని 'అల్లోపతి వైద్యులు' నిర్ధారించారు.

### గనోరియా దశలు- చికిత్స :

సెగవ్యాధిని అణచి ఉంచుట వలన ముదిరిన సెగవ్యాధిని హోమి యోలో "సైకోసిస్" అంటారని చెప్పుకున్నాము. దీనివలన మానసిక డిప్రెషన్, పులిపిరులు, రక్తక్షీణత, గుండె పెరుగుట, గర్భసంచి వాపులు, మెదడు వాపు, ఊపిరితిత్తుల వాపు, మూత్రపిండాల వాపు వంటివి సంభవించవచ్చు.

ముదిరిన 'సైకోసిస్' చికిత్సలో- వైద్యుడు, రోగి కూడా చాల ఓర్పుతో ఉంటేనే ఫలితము ఉంటుంది. తొందర పనికిరాదు.

వ్యాధిని వెనక్కి త్రిప్పాలి అంటే.... అణచి ఉంచిన స్రావాన్ని- బయటకు రప్పించి; అంటే- పూర్వ స్థితికి వ్యాధిని తీసికొని రావడమన్న మాట! ఈ విధముగా వ్యాధిని ప్రారంభ రూపానికి తెప్పించే మందులను "సైకోసిస్ నివారణౌషధములు"గా చెప్పవచ్చును. ఇట్టివాటినే- హోమియోలో "యాంటి సైకోటిక్స్" అని అంటారు.

ఇంజక్షన్‌లతో అణచబడ్డ గనోరియా స్రావము లోపల్లోపల కొన్ని మార్పులు చెందుతుంది. రక్త పరీక్షలు చేసినా.... దీని లక్షణాలు కనిపించవు. అంతమాత్రాన వ్యాధి కుదిరిందనుకొని, ఆ రోగికి పెళ్ళి చేయవచ్చని చెప్పుట పొరపాటౌతుంది. తప్పక 'సైకోటిక్' మందులు వాడి, స్రావాన్ని బయటకు రప్పించి నివారించాలి. అప్పుడు మంచి ఆరోగ్యవంతురాలితో పెళ్ళి చేస్తే.... ఆమె ఆరోగ్యానికి ఢోకా ఉండదు. పిల్లలు ఆరోగ్యవంతులుగా పుడతారు. గర్భిణి సమయములో 'యాంటీసైకోసిస్' ఔషధాలు వాడితే.... వారసత్వముగా వచ్చిన గనోరియా సంక్రమించినా.... అది తగ్గిపోతుంది. హోమియోలో ఇది అద్భుత ప్రక్రియ! ఆశ్చర్యకరమైన ప్రక్రియ !!

పెళ్ళైన కొన్ని నెలలకే స్త్రీకి- గర్భకోశ, అండకోశ, ఉదరకోశ వ్యాధులు, రక్తక్షీణత వగైరా జబ్బులు వచ్చాయంటే.... ఆమె భర్త గనోరియా (సైకోసిస్) రోగి అగుట వలననే! ఇంజక్షన్‌లతో పోయిందనుకున్న 'సైకోసిస్' "నేనున్నాను సుమా!" అని భార్యా బిడ్డలను పట్టేస్తుంది.

అల్లోపతి డాక్టర్‌లు దీనిని గుర్తించరు. హోమియో వారైనా మియాజ్మ్‌ల చరిత్ర క్షుణ్ణముగా తెలిసికొని మందులు వాడకపోతే.... గుర్తించలేరు.

15–20 సం॥ల క్రితము కలిగిన గనోరియా స్రావము-1 తిరిగి

కొందరికి కనిపించినపుడు.... 'హోమియో' మందులు వాడుటవలన పరిపూర్ణ ఆరోగ్యవంతు లయ్యారు.

ఏదో ఒక జబ్బుతో వచ్చినా- హోమియోలో రోగికి ఆ ఒక్క రుగ్మతకే మందు ఇచ్చి పంపుట జరుగదు. రోగి వంశ చరిత్ర, చిన్నప్పటి నుండి రోగికి వచ్చిన జబ్బులను గురించీ అడగాలి. ఇది రోగులకు విసుగు, అనవసరము అనిపించి "డాక్టర్ చాదస్తుడల్లే ఉందే!" అనే భావము కలగవచ్చు. "గతము సంగతి సరే! ప్రస్తుతము ఈ బాధ తగ్గించండి!" అన్న వారికి- సైకోసిస్, సిఫిలిస్, సోరామియాజ్మల సంగతిని నేరుగా చెప్పి; వైద్యము ప్రారంభిస్తే.... "ముందుగా రోగి నమ్మక పోయినా, తరువాత హోమియో గొప్పతనమును గ్రహిస్తాడు. ఆరోగ్యము పొందుతాడు" అంటారు డా॥ కెంట్ !

"సరైన పరిశోధన చేయనిదే 'గనోరియా' ప్రభావము లేదను కోవడానికి వీల్లేదంటాడు" డా॥ కెంట్ ! భార్యకు విస్సత్తువ, రక్త క్షీణత, నెలసరి హెచ్చు-తగ్గులు, తెలుపు అగుట, గర్భిణి రాకపోవుట వంటివి వుంటే.... భర్తను పిలిపించి, ఎప్పుడైనా అతనికి గనోరియా సోకిందేమో తెలిసికోవాలి. ఆ విషయము గుట్టుగా ఉంచుతానని కూడ భర్తకు డాక్టర్ హామీ ఇవ్వాలి. అప్పుడు నసుగుతూ అతడు తన గనోరియా కథ చెబుతాడు.

స్త్రీ నుండి– పురుషుడికి ఇది వ్యాపిస్తే.... వృషణాలు, పురుషాంగ నాళాల వాపు, కీళ్ళ నొప్పులు, రక్తహీనత, నపుంసకత్వము వగైరా జబ్బులకు పురుషుడు గురౌతాడు.

సిఫిలిస్, గనోరియా రోగులకు సంతానము కలుగుట అరుదు! ఒక వేళ కలిగారే అనుకుందాము.... ఆ పిల్లలు కళాకాంతి లేకుండా, ముసలి రూపుతో– తెల్లగా పాలిపోయి, అజీర్తి విరేచనాలతో, దగ్గుతో, న్యుమోనియా (దీర్ఘ జలుబు)తో బాధపడుతుంటారు. ఈ లక్షణాలు గల పిల్లలకు క్యాన్సర్, క్షయ కూడా రావచ్చు. వారికి ప్రాణాపాయ స్థితి రావచ్చును లేక బ్రతికినా శవాలలా జీవించవచ్చు.

పాపము! ఆ పసికందులకు ఏమి తెలుసు చెప్పండి ? తల్లిదండ్రుల లోపాలు వాళ్ళకు శాపాలై కూర్చుంటున్నయ్ కదా! ఎంత ఘోరము!!

### గనోరియా (సైకోటిక్) - చికిత్స :

ఇంజక్షన్‌లు (అల్లోపతి) వాడరాదు. 'వ్యాధి విలోమాన పద్ధతి' ఆరోగ్య మహాభాగ్యాన్ని ప్రసాదిస్తుందని గ్రహించాలి.

తత్వ చికిత్స (Constitution or Dyscrasia) పొందేటప్పుడు మసాల, చేప, మత్తు పానీయాలు మానాలి. భార్యభర్త ఇద్దరూ చికిత్స పొందాలి. సంభోగము తరువాత మర్మావయవాలను 'డెట్టాల్' వాటర్‌తో శుభ్రపటుచుకోవాలి. ఏవో ఔషధాలు వాడి, వేశ్యల దగ్గరకు వెళితే ఫరవాలేదనుకోకండి! "డేంజర్!! డేంజర్!!!" అని గుర్తుంచుకోండి!!!!

### గనోరియా- ప్రారంభ దశలో చికిత్స :

కెన్నబిస్ సతివా : దీనిని 200 పొటెన్సీలో ప్రతి 3 గంటలకు ఒక డోస్ (3 మాత్రలు) చొప్పున వాడితే.... మంటలు, బాధలు తగ్గేదాకా వాడాలి.

దీని ముఖ్య లక్షణాలు ! మూత్రద్వారము నుండి పసుపుపచ్చ, ఆకుపచ్చ, తెల్లటి చీమువంటి స్రావములలో ఏదైనా ఉండవచ్చు. మూత్రము పోసేటప్పుడు భరించలేని మంట, అంగము ఎఱ్ఱగా వాచుట వుంటుంది. మూత్ర విసర్జన చివర కూడా బాధే! మూత్ర విసర్జనకు తొందర, అంగ స్తంభన జరిగినపుడు బాధ వంటివి ఉండగలవు.

కెన్నబిస్ ఇండికా : దీనిని 'కెన్నబిస్ సతివా' వలెనే వాడాలి. ఆ మందునే పోలి వుంటుంది. మూత్రము విడిచే ముందు తరువాత కూడా బాధ వుంటే.... మూత్రము చుక్కలు-చుక్కలుగా పడుటవంటి లక్షణాలకు మంచి మందు!

కెన్నబిస్ ఇండికా లేక సతివా తరువాత అర్జెంటుమ్ నైట్రికమ్-200 పొటెన్సీలో రోజూ రెండుసార్లు వాడితే పూర్తి నివారణ జరుగుతుంది.

అర్జెంటుమ్ నైట్రికమ్ : ఇది సైకోటిక్ వలన కలిగే పులి పిరులను నివారించే యాంటీ సైకోటిక్ ఔషధము! ప్రథమ దశలో వాడ దగినది. మూత్రమునకు తొందర లేదా తెలియకుండా అగుట; శిశ్నము వాపు- మంట, అండవృద్ధి; స్త్రీలలో- భగరంధ్రము మంట-నొప్పి-ఎఱ్ఱ బడుట, అండాశయము వాపు, సంభోగము కష్టముగా వుండుట, దీనితో సంభోగేచ్ఛ సన్నగిల్లుట (ఈ రోగికి పంచదార బహు యిష్టము! ఎక్కువ తింటే.... విరేచనాలు ఔతాయి భయము, మృత్యు భయము కూడా వుంటుంది) వంటి లక్షణాలకు బాగా పనిచేస్తుంది.

వాడే విధానము : 200 పొటెన్సీలో- ఉదయము ఒక డోస్, రాత్రి ఒక రోస్ చొప్పున వాడాలి.

ఎకోనైట్ : జ్వరము, మూత్రమునకు తొందర, మూత్రముతో రక్తము వచ్చుట, అస్థిమితము, అండవృద్ధికి ఇది మంచిది. అప్పుడే పుట్టిన బిడ్డకు మూత్రము రాకుంటే... దీనిని ప్రతి 5 ని॥లకు 2 మాత్రల చొప్పున వాడితే.... మూత్రము జారీ ఔతుంది.

వాడే విధానము : పొటెన్సీ-30 ఇది లోతుగా పనిచేయదు (తత్వమందు కాదు). ఇది విషము గనుక.... రోజుకి 3 సారులు చొప్పున 2-3 రోజులు మాత్రము వాడి ఆపివేయాలి.

పై వాటితో పాటు ఫెర్రమ్‌ఫాస్-30, నేట్రమ్‌సల్ఫ్-30 లో రోజుకి 3 సారులు సారికి 2 మాత్రల చొప్పున వాడాలి. అజీర్ణము కూడా వుంటే.... కాలీమూర్-30 రోజుకి 3 పూటలా పూటకు ఒక డోస్ చొప్పున వాడాలి.

గనోరియా ద్వితీయావస్థలో- చికిత్స :

జబ్బు కాస్త ముదిరినా, పై మందులు పనిచేయక పోయినా.... ఈ క్రింది మందులు వాడాలి.

తూజా : దీనిని "యాంటీ సైకోటిక్ మందులలో రాజువంటిద"ని డా॥ హానిమాన్ మెచ్చుకున్నాడు.

రక్తసెగ : మూత్రములో మంట, ప్రొస్టేట్ గ్రంథినుండి స్రావము, సెగ యొక్క అన్ని రకాల స్రావాలను ఇది నివారిస్తుంది. మూత్రము బొట్లు బొట్లుగా పడుట, పొత్తి కడుపు నొప్పి, 'గ్లీట్'ను కూడా ఇది నివారిస్తుంది. మూత్రపిండాల వాపు; మాటలలో తొందర; పొత్తి కడుపులో ఏదో జంతువు ఉన్నదనే భావము; అణచబడిన గనోరియా లక్షణాలకు మంచి మందు!

వాడే విధానము : దీనిని 200 పవర్‌లో రోజుకి 3 సార్లుగా ఒక వారము వాడి, తగ్గకపోతే.... 1000 పవర్‌లో వారానికి ఒక్క మోతాదు చొప్పున వాడాలి. ఇంకా పెద్ద పొటెన్సీలు వాడవలసి వస్తే.... అనుభవము గల వైద్యుణ్ణి సంప్రదించాలి.

సెపియా : మూత్ర ద్వారములో చురుకు- మంటలు; మూత్రానికి తొందరవుండి, తీరా కూర్చుంటే.... ఆలస్యముగా వచ్చుట; ఆ తరువాత కూడ మంట- బాధలకు ఇది మంచి మందు! దీని తరువాత కెన్నబిస్ సతివా వాడవచ్చు, భార్యకు- భర్తమీద సహజప్రేమ నశించినా, రతి బాధాకరముగా వున్నా.... సెపియా చక్కగా పనిచేస్తుంది.

తెల్లకుసుమ, సంసారము మీద అయిష్టము, మైగ్రేన్ (తలనొప్పి), గర్భస్థ శిశువుకి మియాజ్మ్‌లు రాకుండా తప్పక కోడవ సిన మందు! గర్భసంచి క్రిందకు జారుట, ఒంటరితనమును కోరుట, బహిష్టులోని అన్ని బాధలకు పనిచేసి, ఋతుస్రావము ఎక్కువ-తక్కువలను సరి చేస్తుంది. స్త్రీలకు ఇది ప్రధానమైన ఔషధము ('పల్స్' కూడా మంచి మందే)! గర్భస్రావాన్ని ఆపుతుంది. ముట్లు ఉడిగే కాలములో కలుగు బాధలకు పనిచేస్తుంది.

వాడే విధానము : దీనిని 200 పవర్‌లో ఉదయము ఒక డోస్, సాయంత్రము ఒక డోస్ చొప్పున ఒక వారము వాడాక....IM (వెయ్యి) పవర్‌లో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 డోస్‌లు వాడాలి.

కేంథారిన్ : గనోరియా వలన మూత్రానికి- వెళ్ళేముందు- పోసేటప్పుడు, పోసిన తరువాత చాలా సేపు ఉండే.... మంట-బాధ రోగి భరించలేనంతగా వున్నపుడు.... ఇది మంచి మందు! గనోరియా స్రావము వలన మానసికముగా క్రుంగిపోవుట, మూత్రానికి పోవాలంటేనే భయపడేస్థితిలో- ఇది బాగా పనిచేస్తుంది.

వాడే విధానము : 200 పొటెన్సీలో రోజుకి మూడు పూటలా పూటకి ఒక డోస్ చొప్పున ఒక వారము వాడాలి. తరువాత IM (1000) పవర్‌లో 4 రోజులకు ఒక డోస్ చొప్పున 5-6 డోస్‌లు వేయాలి. బాధలు తగ్గకపోతే.... 'మెర్క్యూరియస్' వాడి చూడాలి.

మెర్క్యూరియస్ కర్ : గనోరియా వ్యాధి రెండవ దశలో- తొలిదశలోని బాధలతోపాటు; మూత్రము సన్నగా వస్తూ, రాత్రులు దీని స్రావము ఎక్కువవుతూ వున్నపుడు, రక్త-బంక విరేచనాలౌతూ అలా అయ్యేటప్పుడు- ఐన తరువాత- పొత్తికడుపులోను, ఆసనములోను తీపులుగా వుంటూ, మల మూత్రాలకు తొందర పడవలసి వస్తూ, మూత్ర ములో శ్వేత ధాతువు పోతూ వున్నప్పుడు, 'యాసిడ్ పిక్రిక్' గ్రంథులు వాచినప్పుడు 'మెర్క్యూరియస్ కర్' అద్వితీయముగా పనిచేస్తుంది.

వాడే విధానము : ముందుగా 200 పొటెన్సీలో రోజుకి మూడు పూటలా పూటకు ఒక డోస్ చొప్పున ఒక వారము వాడాలి. అప్పటికీ తగ్గక పోతే.... వెయ్యి పొటెన్సీతో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున మూడు వారాలు వాడాలి.

పల్సటిల్లా : గనోరియా రెండవ దశలోనే వ్యాధిలో మార్పులను బట్టి.... స్రావాలు రంగురంగులుగా మారి వెలువడుతుంటేనూ- గజ్జలలో నొప్పితోను, బాధతోను తల క్రిందు లౌతుంటేనూ; అంగమూ- వృషణాలూ వాచిపోతేనూ ఈ 'పల్సటిల్లా'ను వాడాలి. స్త్రీల విషయంలో అండా శయాలు, గర్భసంచి వాచిపోయి; ఋతువు అణగారి పోయినప్పుడూ; ప్రథమ రజస్వల ఆలస్యము ఐనప్పుడు; ఋతుస్రావాలు తక్కువగా గాని లేక మధ్య మధ్య గానీ వెలువడుట జరిగినప్పుడు; తెల్లకుసుమ (రంగు

లలో కూడా) ఔతూ ఉన్నందువలన సున్నిత మనస్కులైన స్త్రీలు సదా ఏడుస్తూ వున్నప్పుడు; ఒకవేళ ఎవరైనా ఓదార్చినా మరింతగా ఏడుస్తూ బాధపడేవారికీ... పల్సటిల్లా చక్కగా పనిచేస్తుంది.

వాడే విధానము : 200 పొటెన్సీలో ఉదయము, సాయంత్రము-పూటకి ఒక డోస్ చొప్పున ఒక వారము రోజులపాటు వాడి, ఆపాలి. అప్పటికీ తగ్గకపోతే.... 1000 పొటెన్సీలో ఒకే ఒక్క డోస్ మాత్రము వేసి, ఆపాలి.

మెర్క్యూరియస్ సోల్ : గనోరియా రెండవ దశలో-స్రావాలు దుర్వాసనతో కూడుకుని వుంటూ, రాత్రివేళలలో మూత్ర విసర్జనకు తొందర అధికమైనప్పుడు; మూత్రములో రక్తము పోతూ-శిశ్నాగ్రము వాచి, పుండ్లుపడి, సంభోగశక్తి తగ్గిపోయినప్పుడూ-మెర్క్యూరియస్ సోల్ అద్భుతముగా పనిచేస్తుంది. సెగవ్యాధి గ్రస్థులు కొందరు గొంతు, నేత్రాలు, కీళ్ళు, ఎముకలు, శిరస్సు, మర్మావయవములకు సంబంధించిన బాధలకు లోనైనప్పుడు కూడా ఇది దివ్యౌషధముగా సహాయ పడుతుంది. చిన్నపిల్లలు కొంతమంది (పెద్దలు కూడా) శిశ్నము పట్టుకుని లాక్కొనుట లేదా ఎప్పుడూ చేతులను శిశ్నముపైనే వుంచుకొనుట చేస్తూవుంటారు. వీరు 'కేంథారిన్'ను కూడా వాడుకోవచ్చును.

వాడే విధానము : వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున మూడు వారాల పాటు వాడితే.... అనుభవములో బాధా నివారణ జరిగినది. సాధారణముగా 200 పొటెన్సీలో వాడవచ్చును.

గమనిక : హోమియో వైద్యము లక్షణ సముదాయాన్ని బట్టి చేసే వైద్యము ! కనుక.... రోగి లక్షణాలను క్షుణ్ణముగా అవగాహన చేసికొని తదను గుణముగా మందులకు, డోస్‌లను నిర్ధారించు కోవలసి వుంటుంది. మరింత వివరణ కోసము 'హోమియో వస్తుగుణ దీపిక'ను చదవండి !

## గనోరియా - మూడవదశ చికిత్సలు

ఇవి "జీర్ణించిన సెగ" అనీ, "దీర్ఘ గనోరియా" అనీ పిలువబడు తున్నది. గనోరియా రోగగ్రస్తులకు- ఈ దశలో బాధలు తగ్గి, కేవలము స్రావాలు మాత్రమే వుంటాయి. ఐతే శరీర తత్వము మాత్రము పూర్తిగా మారిపోతుంది. కాబట్టి వీరు ఎంతో జాగ్రత్తగా దీర్ఘకాలము చికిత్సను పొందవలసి వుంటుంది. ఆరోగ్య నియమాలను, పరిశుభ్రతనూ ప్రధానముగా పాటించవలసి ఉంటుంది. మత్తుపానీయాలను, మాదక ద్రవ్యాలను; పొగాకు, మసాలా, వేపుళ్ళు వంటి ఘాటైన పదార్థాలను (Spices and highly seasoned things); అధిక శారీరక- మానసిక శ్రమలను మానుకోవాలి. ఈ జాగ్రత్తలను పాటించలేని రోగులు- ఎంత మంచి ఔషధాన్ని సేవించినా.... ప్రయోజనము లేకుండా పోతుంది. స్రావము ఔతూ వుండుట వలన ఈ దశకు చేరిన రోగులు- ప్రతిరోజూ తమ దుస్తులను మార్చుకుంటూ వుండాలి. శుభ్రముగా ఉతికిన బట్టలనే ధరిస్తూ వుండాలి శరీరావయవాల నన్నింటినీ ముఖ్యముగా మర్మాంగాలను పరిశుభ్రముగా వుంచుకోవాలి.

ఎగేరికస్ : జీర్ణించిన సెగకు ఇది ఉత్తమ ఔషధముగా పని చేస్తుంది. ఈ వ్యాధి గ్రస్తులకు సంభోగవేళలలోనూ, వీర్యమును స్ఖలించే టప్పుడునూ మర్మాంగములో- వేడి-మంట వంటివి వుంటాయి. వీరికి సంభోగానికి ముందూ, సంభోగ ప్రారంభములోనూ ఎంతో ఉద్రేకము వుంటుంది. ఐతే.... 'భావప్రాప్తి' కాక ముందే.... ఆ ఉద్రేకము చప్పగా చల్లబడిపోతుంది. దీనితో వీర్యస్ఖలనము జరిగినా.... సంతోషము శూన్యమౌతుంది. వీరందరికీ 'ఎగేరికస్' అద్భుతముగా పని చేస్తుంది.

సల్ఫర్ : వైద్యుడు ఎంత తెలివిగా చికిత్స చేసినా, రోగి ఎంత ఓర్పుగా ఔషధాలను సేవించినా ఒక్కోసారి ఈ దీర్ఘ గనోరియా రోగులకు ఫలితము కనిపించదు. నెలల తరబడి, ఏళ్ళ తరబడి బాధాగ్రస్తులుగానే బ్రతుకుతూ వుంటారు.అలాంటి వారికి సల్ఫర్ చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది.

వీరు చర్మవ్యాధులతో బాధ పడుతూ; స్నానము చేయటానికి కూడా మన స్కరించక, ఏ పని చేయటానికీ పాలుపోక, ఒంటరిగా గదిలో కూర్చుని ఏవేవో బుక్స్ చదువుతూ, ఏవేవో వ్రాతలు వ్రాసుకుంటూ, పిచ్చివేదాంత చర్చలతో కాలము గడుపుతూ వుంటారు. వీరి ప్రవర్తన చిత్రముగా అని పిస్తుంటుంది. చింపిరి గుడ్డలను అలంకారముగా భావిస్తారు. "చింపిరి గుడ్డల వేదాంతి (The ragged philospher)" అని కూడా పిలిపించు కుంటారు. ఇలా అవివేక భావాలతో, మతోన్మాదము పేరిట స్వార్థముగా ప్రవర్తిస్తూ, వేసవి కాలములో తీవ్రముగా బాధలు ననుభవిస్తూ, ఆరు బయట గాలి కోసము అఱ్ఱులు చాస్తూ, మల-మూత్రాదుల తొందరకు లోనౌతూ, వక్రమైన ఆలోచనలతో గడిపేవారికి 'సల్ఫర్' అద్భుతముగా పనిచేస్తుంది.

వాడే విధానము : దీనిని పరిమిత మోతాదులుగా వాడాలి. 200 పొటెన్సీలో ప్రతి రోజూ ఉదయము మాత్రమే ఒక్క డోస్ చొప్పున 3 రోజులు వాడిన తరువాత ఒక వారం ఆగాలి. ఆ తరువాత అవసరాన్ని బట్టి వెయ్యి పవర్‌లో ఒకే ఒక్క డోస్ వాడాలి.

గమనిక : సాధారణముగా 20-25 సం॥ల మధ్య వయసు వారే ఈదీర్ఘ గనోరియా వ్యాధికి గురి ఔతూ వుంటారు. 'తూజా-1M'లో వారానికి ఒక డోస్ వంతున మూడు డోస్‌లు ఇచ్చి, 'ఎఖినేషియా మదర్ టించర్', 'జకరాండ మదర్ టించర్' వీటిని వరుసగా 3 నెలల పాటు వాడితే.... ఈ దీర్ఘ గనోరియా వ్యాధిగ్రస్తులకు పూర్తి నివారణ లభిస్తుందనుటలో సందేహము లేదు.

ఒక్కొక్కసారి ఈ వ్యాధిగ్రస్తులలో కొందఱికి కాళ్ళు పట్టుకుపోయి, కదలలేని పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. వీరికి మెడోరినియమ్ వెయ్యి పవర్ వాడితే.... ఆ మరుసటి రోజునే నడపగలుగుతారు. వారము రోజులలో పూర్తిగా స్వస్థతను పొందుతారు. ఐతే.... గనోరియా స్రావము మాత్రము వస్తూనే వుండవచ్చును. ఇలాంటి స్థితిలో- వారము రోజుల పాటు

'మెర్క్యూసోల్' ను వెయ్యి పవర్‌లో ఒకే ఒక్క డోస్‌ను వేస్తే ... మళ్ళీ రుగ్మతరాదు. (cure sure).

## గనోరియా (సైకోటిక్) వలన కలిగే ఇతర బాధలు :

సుఖవ్యాధులతో పీడింపబడేవారు- అనేకానేక బాధలు పడుతూ వుంటారు. అందులో ముఖ్యముగా చెప్పుకోతగినవి.... 1] శిశ్నాగ్ర చర్మము వాపు, ఎఱుపు, దురద, పొక్కులు (Balanorrhoeo or Balanitis); 2] అంగ స్తంభనలు, సంభోగేచ్ఛ [Priapism and Satyriasls) అధికముగా వుండుట; 3] శిశ్నము స్తంభించి, క్రిందికి వంగి, బాధాకరముగా వుండుట (Chordee); 4] ప్రోస్టేట్ గ్రంథి వాపు, స్రావము; 5] మూత్రతిత్తి వాపు, బాధ (Cystitis) లతో నుండుట; 7] శిశ్నాగ్రచర్మము ముందుకు వచ్చి, వెనుకకు రాకపోవుట (Phymosis); 7] శిశ్నాగ్రచర్మము వెనక్కి పోయి, ముందుకురాక పోవుట (Paraphymosis); 8] వృషణాల వాపు (Rchitis); 9] నేత్రవ్యాధులు (Gonorrnoeal ophthoimia); 10) కీళ్ళనొప్పులు (Rhomatic pains); 2i] పులిపిర్లు (Fig worths); 12] నపుంస కత్వము (Impotence); 13] స్త్రీలలో ఋతుశూల, కుసుమ; వంధ్య త్వము మున్నగునవి.

పైన చెప్పిన ముఖ్యమైన బాధలతోపాటు 'గనోరియా' పీడితులకు- శ్వాసకోశ, కాలేయ, గుండె మొదలగు వాటికి సంబంధించిన జబ్బులు కూడా రావచ్చును. గనోరియా వ్యాధి పీడితులు తమ తమ బాధల నివారణకు వాడవలసిన మందులు, వాడే విధానము, వివరాలు ఈ క్రింద గమనించండి!

1] శిశ్నాగ్ర చర్మము వాపుకు : 1] యాసిడ్ నైట్రిక్ :- రోజుకి మూడుపూటలా పూటకి ఒక డోస్ చొప్పున 200 పొటెన్సీలో ఒక వారము వాడాలి. అప్పటికీ తగ్గకపోతే.... వెయ్యి పవర్‌లో ఒకే ఒక్క డోస్ వాడాలి. 2] తూజా; దీనిని కూడా యాసిడ్ నైట్రిక్ మాదిరిగానే

వాడాలి. 3] మెర్క్యుసోల్ :- దుర్వాసనతో కూడిన స్రావము తోడైతే పై మందుల మాదిరిగానే వాడాలి.

**2] పురుషాంగ స్తంభనలు, సంభోగవాంఛ :** 1] యాసిడ్ ఫ్లోరిక్ :- గనోరియా రోగులకు అంగ స్తంభన తఱచుగా జరుగుతూ వుంటుంది. సంభోగవాంఛ అధికముగా వుంటుంది. ఈ పరిస్థితిని కొందఱు "మదపిచ్చి" అని కూడా భావిస్తారు! వృద్ధులైనా సరే "సంభోగించాల"ని తహతహ లాడిపోతుంటారు. యౌవన దురభ్యాసాల వలన, నరాల బల హీనత వలన, మానసిక దౌర్బల్యము వలన వీరు ఎప్పుడూ దిగులుతో కుంచించుకుపోతూ వుంటారు. ఒకే స్త్రీతో (లేక పురుషునితో) తృప్తిచెందక అనేకమందితో వ్యభిచారము చేస్తూ వుంటారు. ఇలాంటి లక్షణాలున్న రోగులకు 'సెపియా' చక్కని ఔషధము! ఐతే.... 'యాసిడ్ ఫ్లోరిక్' కేవలము పురుషులకు మాత్రమే పనిచేస్తుంది. వీరికి కాఫీ, టీ వంటి పానీయాలు బాధలను ఎక్కువ చేస్తాయి.

వాడే విధానము :- 1] 200 పవర్‌లో ప్రతిరోజూ ఉదయము ఒక డోస్,రాత్రి ఒక డోస్ చొప్పున రెండు పూటలా వాడాలి. మార్పు వచ్చేంత వఱకు అలాగే వాడాలి. తగ్గినా- పెరిగినా ఆపాలి. ఏమీ జరుగకపోతే.... వారానికి వెయ్యి పవర్‌లో ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి. 2] యాసిడ్ నైట్రిక్ :- స్త్రీలలో క్లిటోరిస్ (యోనిశీర్షము) దురదగా వున్నప్పుడు- ఆ దురదకు తట్టుకోలేక రుద్దుకొనుట వలన మంట ఏర్పడి నప్పుడు 'యాసిడ్ నైట్రిక్' చక్కని ఉపశమనాన్ని కలిగిస్తుంది. పైగా మితిమీరిన సంభోగ వాంఛను కూడా అదుపులోనికి తెస్తుంది.

**3] గనోరియా మూలముగా శిశ్నము వంకర తిరుగుట :**

1] పల్సటిల్లా :- దీనిని 200 పొటెన్సీలో ఉదయము ఒక డోస్ సాయంత్రము ఒక డోస్ చొప్పున కొద్ది రోజులపాటు వాడితే సరిపోతుంది. 2] కేప్సికమ్:- 200 పొటెన్సీలో రోజుకు మూడు పూటలా పూటకు ఒక డోస్ చొప్పున ఒక్క వారము రోజులు వాడితే చాలును.

4] ప్రోస్టేట్ గ్రంథి వాపు, స్రావము : ప్రోస్టేట్ గ్రంథి మూత్రపు తిత్తి యొక్క మెడ వద్ద అమరి వుంటుంది. సెగరోగులకు ఇది వాచిపోయి. స్రావాన్ని కలిగిస్తుంది. వీరికి 'తూజా', 'ఫెర్రంపాస్' 'సెలీనియమ్', 'ఆర్సనిక్ అల్బ్' మందులు చక్కగా పనిచేస్తాయి. వీరు ఈ మందులను ఒకదాని తరువాత ఒకటి చొప్పున 200 పొటెన్సీలో వాడాలి. కొందటికి 'అర్జెంటుం నైట్రికమ్ (200 పొటెన్సీ)' కూడా బాగా పని చేస్తుంది.

5] మూత్రపుతిత్తి వాపు : 1] యాసిడ్ ఫాస్ :- దీనిని వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున వెయ్యి పొటెన్సీలో వాడాలి. 2] ఆర్సనిక్ అల్బ్:- జ్వరము, నిస్త్రాణ వంటివి కూడా ఉంటేనే దీనిని వాడాలి. 200 పొటెన్సీలో మూడు డోస్‌లు వాడితే చాలు! 3] పల్సటిల్లా :- 200 పొటెన్సీలో వారము రోజులపాటు ఉదయము, సాయంత్రము వాడితే సరిపోతుంది. 4] ఫెర్రమ్‌ఫాస్ 6×, కాలిమూర్-6×, కాల్కేరియాఫ్లోర్ 6×.... ఈ మూడు మందులు కలిపి కూడా వాడాలి. ఇవే కాకుండా.... గనోరియా అన్ని దశలలోనూ, స్టిగ్ మేటా మెయిడిస్ (Stigmeta Maidis]' చక్కగా పనిచేస్తుందని డాక్టర్ బెన్నెట్ ధృవీకరించారు.

6] శిశ్నాగ్ర చర్మము వెనుకకు రాకపోవుట : కొంత మంది గనోరియా రోగులకు శిశ్నాగ్ర చర్మము ముందుకు వచ్చి వెనుకకు పోదు. దీనిని "ఫైమోసిస్" అంటారు. దీని నివారణకు క్రింది మందులు పని చేస్తాయి. కొన్ని సందర్భాలలో మాత్రము శస్త్ర చికిత్స తప్పనిసరి ఔతుంది. 1] మెర్క్‌సోల్ :- వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున మూడు వారాలు వాడితే సరిపోతుంది 2] యాసిడ్ నైట్రిక్ :- దీనిని కూడా మెర్క్‌సోల్ మాదిరిగానే వాడాలి. వీటితోపాటు కాల్కేరియా ఫ్లోర్-30 పవర్‌లో రోజుకి మూడు పూటలా పూటకు ఒక డోస్ చొప్పున ఒక నెల రోజులపాటు వాడవలసి వుంటుంది.

7] శిశ్నాగ్ర చర్మము ముందుకు రాకపోవుట : దీర్ఘ గనోరియా పీడితులలో కొందఱికి శిశ్నాగ్ర చర్మము వెనుకకు పోయి ముందుకు రాదు. దీనిని "పేరా ఫైమోసిస్" అంటారు. ఈ రోగులు కూడా "ఫైమోసిస్"కు వాడిన మందులను వాడుకోవచ్చును. వాటితోపాటు "కోలో సింథియా" కూడా మంచి మందే! ఐతే పై మందులతో ప్రయోజనము సిద్ధించకపోతే .... వెంటనే శస్త్ర చికిత్స చేయించుకొనుట ఉత్తమము!

8] వృషణాల వాపు : దీనికి తఱచుగా శస్త్ర చికిత్స చేయించుకుంటున్నారు. అది అంత మంచి పనికాదు. కొందఱు వ్యాధి పీడితులకు ఈ క్రింది మందులు చక్కగా పని చేస్తాయి. [1] ఆర్నికా :- ఏదైనా దెబ్బ తగిలి, వృషణాలు వాచిపోతే- దీనిని 200 పొటెన్సీలో ప్రతిరోజూ మూడు డోస్‌ల చొప్పుల ఒక వారము వాడాలి. ఆ తరువాత వెయ్యి పొటెన్సీలో ఒక్క డోస్ వాడాలి. [2] బెల్లడోనా- : వృషణాలు ఎఱ్ఱగా వాచి పోవటమే కాకుండ జ్వరము కూడా వచ్చినప్పుడు, బాధ తీవ్రత పెరిగినప్పుడు- ఇది తప్పనిసరిగా వాడవలసిన దివ్య ఔషధము! తీవ్రతలో 3 గం॥లకు ఒక డోస్ చొప్పున, మామూలుగా ఐతే .... 30 లేక 200 పవర్‌లో రోజుకు మూడు సారులు చొప్పున వాడితే చాలును.

దీనితోపాటు కాలీమూర్-30, ఫెర్రమ్‌ఫాస్-30 కూడా వాడాలి. [3] పల్సటిల్లా :- గనోరియా వ్యాధిని అణచుటలో - వృషణాలు వాచినప్పుడు దీనిని తప్పని సరిగా వాడాలి. దీనిని 200 పొటెన్సీలో రోజుకు మూడు డోస్‌లు చొప్పున వాడి, అప్పటికీ తగ్గని పక్షములో....'సల్ఫర్'ను 200 పొటెన్సీలో పై విధముగానే వాడితే సరిపోతుంది [4] తూజా :- దీనిని యాంటి సైకోటిక్‌గా వాడుకోవచ్చును. దీని తరువాత 'మెర్క్ సోల్'ను కూడా పై విధముగానే వాడుకోవాలి [5] రోడో డెంర్డాన్ :- ఏ పరిస్థితిలో వృషణాలు వాచినా.... దీనిని రోజుకి మూడుసారులు చొప్పున 200 పొటెన్సీలో వాడుకోవచ్చును.

9] కంటి జబ్బు : సైకోటిక్‌లో అనేక రకాల కంటి జబ్బులు రావచ్చును. వీటిలో అంధత్వము, కాంచన బింబము [Cornca] ముందుకు వచ్చుట లేక వాచిపోవుట ముఖ్యమైనవి. కొన్ని సందర్భాలలో శస్త్ర చికిత్స అవసరమైనా.... సెగరోగుల కంటి జబ్బులకు ఈ క్రింది మందులు చక్కగా పని చేస్తాయి.

1] తూజా :- దీనిని 200 పొటెన్సీలో రోజుకు మూడు డోస్‌ల చొప్పున ఒక వారము వాడాలి. ఆ తరువాత 'మెర్క్యూసోల్'ను ఒక వారము, ఆ తరువాత 'సల్ఫర్'ను ఒక వారము పై విధముగానే వాడుకోవాలి.

2] సైలీషియా (200) + కాల్కేరియా సల్ఫ (200) :- ఈ రెండింటినీ రోగ తీవ్రతను బట్టి రోజుకు రెండు డోస్‌ల చొప్పున వాడుకోవాలి.

3] అర్జెంటమ్ నైట్రికమ్ :- దీనిని 200 పొటెన్సీలో రోజుకు ఒక డోస్ చొప్పున మూడు రోజులు వాడితే చాలు! ఇది నేత్ర వ్యాధులకు పరమౌషధము! [4] ఎకోనైట్ :- సినిమా, T. V. కార్బైట్స్ వంటి కృత్రిమ కాంతులను చూడలేని వారికీ; ఇసుక పోసినట్లుగా మంటతో కళ్ళు మెరమెరలాడే వారికి; కండ్లకలకతో ఎఱుపునీరు కారే వారికీ ఇది మంచి మందు! దీనిని ప్రతి 3 గంటలకు ఒక డోస్ చొప్పున 200 పొటెన్సీలో రోజులో 4, 5 మారులు వాడితే సరిపోతుంది. [5] బెల్లడోనా :- పై లక్షణాలతో పాటు సూర్యకాంతిని కూడా చూడలేని వారికి ఇది చక్కగా పనిచేస్తుంది. దీనిని ఎకోనైట్‌తో పాటుగానీ, విడిగాగానీ అదే మోతాదులో వాడుకోవచ్చు. [6] యూఫ్రేషియా :- దీనిని కండ్ల కలకలకు మాత్రమే 30 పొటెన్సీలో వాడుకోవాలి. [7] జెల్సిమియమ్ :- ఒక వస్తువే- రెండు వస్తువులుగా కనిపించే నేత్ర రోగులకు, తల నొప్పితో కంటిచూపు పోతున్న వారికీ దీనిని 200 పొటెన్సీలో వాడితే ఉపయోగముగా వుంటుంది.

10] కీళ్ళ నొప్పులు : సెగ రోగులకూ, సిఫిలిస్ (సవాయి) వ్యాధిగ్రస్తులకూ ఈ కీళ్ళ నొప్పులు వస్తాయి. ఈ నొప్పులు త్వరగా తగ్గ

లన్న ఉద్దేశ్యముతో- ఘాటైన మందులను వాడినా, ఇంజక్షన్‌లు చేయించు కున్నా- గుండె జబ్బులు (గుండె పెరుగుట, హార్ట్‌వాల్వ్స్ దెబ్బతినుట) సంక్రమించే ప్రమాదము వున్నది కనుక....జాగ్రత్తగా ఈ క్రింది మందు లను వాడుకోవాలి. 1] పల్సటిల్లా :- ఇది సెగ అణచుట వలన ఏర్పడే కీళ్ళ నొప్పులకు అనగా.... మోకాళ్ళు, చీలమండలు, గూళ్ళు, నడుములకు మార్చి మార్చి వచ్చే నొప్పులకు దివ్యముగా పనిచేస్తుంది. దీనిని 200 పొటెన్సీలో రోజుకు మూడుసారులు చొప్పున వాడుకోవాలి. 2] కాల్మియా :- పై కీళ్ళ నొప్పులే పై నుండి క్రిందికి వ్యాపిస్తున్నప్పుడు దీనిని పై మోతాదులో వాడాలి. 3] లేడమ్‌పాల్ :- ఆ నొప్పులే క్రిందినుండి పైకి వ్యాపించేటప్పుడు దీనిని వాడవలసి వుంటుంది. 4] అరమ్‌మెట్ :- కీళ్ళ నొప్పులు ఎక్కువగా ఎముకలలో వున్నప్పుడు- దీనిని వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున మరియు దీనితోపాటు 'రూట్'ను 200 పొటెన్సీలో ప్రతిరోజూ వాడుట మంచిది. 5] రుస్టాక్స్ :- రాత్రి వేళ నొప్పులు ఎక్కువగా వున్నప్పుడు దీనిని వాడాలి. 6] బ్రైయోనియా:- కొంతసేపు కదలకుండా వుండి ఆ తరవాత కదలితే నొప్పుల బాధ ఎక్కువైనప్పుడు; పనిచేసినా, నడిచినా, కదలినా నొప్పుల తీవ్రత ఎక్కువై నప్పుడు దీనిని వాడవలసి వుంటుంది. 7] మెడోరినియమ్ :- పై మందులవలన కీళ్ళ నొప్పులు తగ్గినట్లే తగ్గి, మరల వచ్చినప్పుడు లేక అసలు పై మందులు బొత్తిగా పనిచేయనప్పుడు- దీనిని వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున మూడు వారాలు వాడాలి తగ్గితే మాత్రము వాడకూడదు. 8] *ద్వాదశ లవణములలో ఫెర్రమ్‌ఫాస్ 30, కాలి మూర్-30, కాల్కేరియా ఫ్లోర్-30, కాల్కేరియాఫాస్-30, కాలీసల్ఫ్- 30 లను పై మందులతో పాటు వాడవచ్చును.

11] పులిపిర్లు : 1] తూజా :- దీనిని పులిపిరులకు దివ్య మైన ఔషధముగా ధృవీకరించారు. ఈ పులిపిరులు, కంతులు, సురుగుడు

* 'ద్వాదశ లవణము'లను గురించి పూర్తిగా తెలిసికోవాలని వుంటే.... "హోమియోవైద్యం-2" అను పుస్తకము చదవండి! ప్రతులకు: "జనప్రియ పబ్లికేషన్స్, తెనాలి-522 201"కి Rs. 15-00 లు M.O. చేయగలరు.

కాయలు- పదునుగా, మృదువుగా మిరియపు గింజలవలె వున్నప్పుడు; నొప్పిగా వుండి, రక్తము కాతే పులిపిరులకు.... 'తూజా' ను పై పూత గానూ, లోపలికి కూడా వాడవచ్చు. 2] సెపియా :- పురుషాంగము మీది పులిపిరులకు దీనిని వాడుకోవాలి. 3] సెబినా :- ఆసనము వద్ద లేచిన పులిపిరులకు ఇది మంచి మందు! 4] స్టాఫిసేగ్రియా :- ముట్టు కుంటే గిలగిలలాడే బాధను కలిగించే ఆసనములోని పులిపిరులకు వాడాలి 5] కాస్టికమ్ :- తేమగా వున్నా, కొయ్యలా చెక్కా పేళ్ళలా వుండే ఆసనములోని పులిపిరులకు ఇది చక్కగా పనిచేస్తుంది. 6] నేట్రమ్మూర్ :- అఱచేతులలో వచ్చిన పులిపిరులకు ఇది అద్భుత మైన మందు! వాడే విధానము : పై మందులను 200 పొటెన్సీలో 13 రోజుల పాటు వాడాలి. అప్పటికీ ఫలితము లేకపోతే.... వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి.

**12]** నపుంసకత్వము : సుఖవ్యాధుల వలన ముఖ్యముగా గనోరియా వలన ఎందరెందరో యౌవనములోనే నపుంసకులౌతున్నారు. మరెన్నో విచిత్ర వ్యాధులకు గురౌతున్నారు. 1] యాగ్నస్ కేస్టస్ :- కామోద్రేకము కలిగించే కబురులు, కథలు విన్నా; దృశ్యాలను చూచినా ఉద్రేకము కలుగునప్పుడు; సంభోగ వాంఛ ఏర్పడక శిశ్నము బాగా ముడుచుకు పోయినప్పుడు ఈ మందు బాగా పనిచేస్తుంది. ఒక్కోసారి కొందఱికి మానసికముగా కోరిక ఏర్పడినా, శారీరకముగా సిద్ధపడని దుస్థితి ఏర్పడుతుంది. వీరు మదర్ టించర్ రూపములో అరఔన్స్ నీటిలో ఈ మందును 10 బొట్లు కలిపి రోజుకు రెండుసారులు చొప్పున తఱచుగా త్రాగుతూ వుండాలి. 2] లైకోపోడియమ్ :- యౌవనములో మితిమీరి వ్యభిచరించిన (వృద్ధులకు సైతము) ఇది మంచి ఫలితాన్ని ఇస్తుందని 'నాష్' ధృవీకరించారు. నపుంసకత్వానికి ఇది రాజా లాంటి మందనుటలో అతిశయోక్తి లేదు. 3] ఫెలీనియమ్ :- సంభోగవాంఛ మిక్కుటముగా వున్నా- అంగస్తంభన జరుగకపోవుట, ఒకవేళ జరిగినా తీరా రతికి

ఉపక్రమించబోయేసరికి అంగము ముడుచుకుపోవుట, తలవెంట్రుకలు ఊడిపోవుట, నీరసముతో నడుము బిగువు సడలిపోవుట వంటి నపుంసక లక్షణాలున్న వారికి ఇది మంచి మందు! 4] కోనియమ్ :- పై లక్షణా లతోపాటు గ్రంథులు ఉబ్బిపోయినప్పుడు దీనిని ప్రధాన ఔషధముగా వాడు కోవాలి. 5] గ్రాఫైటిస్ :- స్త్రీ మర్మావయవములో- పురుషాంగము ప్రవేశించి- ప్రవేశించకముందే స్ఖలనము జరిగే వారికి చక్కగా పని చేస్తుంది. 6] యాసిడ్ నైట్రిక్ :- పురుషాంగము సంభోగ క్రీడ సాగించి నపుడు పగిలితే దీనిని వాడాలి. పై మందులను 200 పొటెన్సీలో రోజుకు రెండు సారులు చొప్పున వాడుకోవాలి. 7] ద్వాదశ లవణాలలో సైలీషియా-30, కాలీఫాస్-30, మెగ్నీషియాఫాస్-30, నేట్రమ్‌మూర్-20, కాల్కేరియాఫాస్-30 లను కలిపి ప్రతిరోజూ రోజుకి మూడు సారులు చొప్పున ఒక నెల రోజులు వాడాలి.

**13]** ఋతుశూల (ముట్టు కడుపు నొప్పి):- 1] వైబర్నమ్ ఆప్యులస్ :- నొప్పి ఎక్కువగా వున్న సమయాలలో మదర్ టించర్ రూపములో ప్రతి గంటకూ 10 చుక్కల చొప్పున వాడాలి. (మెగ్నీషి యాఫాస్-30, కాల్కేరియా ఫ్లోర్-30 లను కూడా గంటకు 3 మాత్రల చొప్పున వాడవచ్చు), 2] బెల్లడోనా :- బహిష్టు ఐన సమయములో రక్త స్రావము ఎఱ్ఱగా, ఎక్కువగా ఔతూ ... తెరలు తెరలుగా నొప్పివస్తే.... దీనిని 200 పొటెన్సీలో గంటకు 3 మాత్రల చొప్పున వాడాలి. 3] సిమిసిఫ్యూగా :- నడుము దగ్గఱా, తొడలలోనూ నొప్పి దుర్భరముగా వున్నప్పుడు దీనిని 200 పొటెన్సీలో గంటకు 3మాత్రలు చొప్పున వాడాలి. 4] పల్సటిల్లా :- ఋతుస్రావము సరిగాకాక.... నొప్పి ఎక్కువగా వుండే వారు దీనిని 200 పొటెన్సీలో వాడాలి. 5] సెబినా :- రక్తస్రావము కండలు-కండలుగా ఔతున్నప్పుడు దీనిని 200 పొటెన్సీలో ప్రతి 3 గంట లకు 3 మాత్రలు చొప్పున వాడుకోవాలి. 6] కెమోమిల్లా :- మరీ భరించ లేనంత నొప్పిగావున్న స్త్రీలు దీనిని 200 పొటెన్సీలో గంటకు 3 మాత్రలు చొప్పున వాడవచ్చు. పై మందులకు ఫలితము కనిపించకపోతే.... అనుభ వము కలిగిన హోమియో వైద్యుని సంప్రదించుట అవసరము!

14] గొడ్రాలితనము (వంధ్యత్వము) :- సుఖ వ్యాధులు సంక్రమించుట వలన ఒక్కొక్కసారి కొంతమంది స్త్రీలకు గొడ్రాలితనము వస్తుంది. అలాంటివారు సంతానము కొఱకు ఈ క్రింది మందులకు వాడుకోవచ్చు. 1] సెపియా :- దీనిని ముందుగా 200 పొటెన్సీలో రోజూ ఉదయము, సాయంత్రము ఒక వారము రోజుల పాటు వాడాలి. ఆ తరువాత వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి. 2] తూజా :- ఇది యాంటీ సైకోటిక్ ఔషధము ! దీనిని వాడిన తరువాత 'మెడోరినమ్' కూడా వాడాలి. ఈ రెంటినీ వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున 3 వారాలు వాడాలి. తేడా ఏమైనా వస్తే.... ఆ దోస్‌తోనే ఆపేయాలి. 3] నేట్రమ్ కార్బ్ :- దీనిని ముందుగా 200 పొటెన్సీలో ఒక నెల రోజులపాటు వాడి, ఆ తరువాత వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున వాడుకోవాలి. 4] ఎలట్రిస్ ఫెరినోసా మరియు అశోకా మదర్ టించర్ :- వీటిని ప్రతి రోజూ 10 చుక్కల చొప్పున అర ఔన్స్ నీటిలో కలిపి వాడవచ్చు. ఇలా దీర్ఘ కాలము వాడుట వలన తెల్ల కుసుమ, గర్భాశయ వ్యాధులుకూడా నివారణ ఔతాయి. 5] సల్ఫర్ :- పై మందులను వాడుతున్నా- దీనిని కూడా 200 పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున గాని, నెలకు ఒక డోస్ చొప్పున గాని 3 డోస్‌లు వాడాలి. ఆ తరువాత 'సల్ఫర్' మాదిరిగానే 'మెర్క్ సోల్'ను కూడా వాడుకోవచ్చును.

## గనోరియా (సైకోటిక్)- వారసత్వము-చికిత్స

తమ బిడ్డలకు స్థిర-చరాస్తులను సంపాదించి పెట్టకపోయినా.... సుఖ వ్యాధులను పంచి పెట్టని తల్లిదండ్రులే మహాత్ములని చెప్పుకోవాలి. తర తరాలను భయంకరముగా వెంటాడుతూ, నరకయాతనలకు గురిచేసేవే సుఖ వ్యాధులు! తల్లి దండ్రులు, తాతాబామ్మల విజ్ఞాన రహిత లైంగిక క్రియలు విష ఫలితాల నిచ్చుట వలన అభము శుభము ఎఱుగని వారి వారసులు- నానా బాధలు పడుతూ వుంటారు. ముందు తరాల పసి

కందులు- అలా బలికాకుండ ఉండుటకు; ముందు జాగ్రత్త పడుటకూ ఈ క్రింది హోమియో మందులు ఎంతగానో దోహదపడుతున్నాయి. అలాంటి వారసత్వ వ్యాధులను నివారించుటకు గర్భిణీగా వున్న స్త్రీకిగాని, పుట్టిన శిశువుకు గాని వైద్యము చేయవలసి వుంటుంది. రోగి లక్షణాలకు తగు విధముగా అలా వాడవలసిన మందులనూ, అవి వాడే విధానములనూ గమనించండి !

1] మెడోరినమ్ :- వారసత్వ వ్యాధులను నివారించుటకు ఇది ప్రధాన ఔషధము! బిడ్డ చిక్కిపోతున్నప్పుడు, ఎదుగు బొదుగూ లేకుండ పోయినప్పుడు, దీర్ఘ రొంపతో ముక్కునుంచి అదేపనిగా చీమిడి కారుతూ వున్నప్పుడు- ఈ మందు చక్కగా పనిచేస్తుంది. జీర్ణకోశ వ్యాధులు, దగ్గు, మలబద్ధకమూ, ఆస్త్మాలతో బాధపడే పిల్లలకూ- దీనిని 200 పొటెన్సీలో ఒకసారి వాడితే సరిపోతుంది. 2] స్టాఫిసేగ్రియా :- శిశువులకు పలు వరుస సరిగా రాకున్నా, పాడైపోయినా, నల్లబడినా దీనిని వాడాలి. పళ్ళ వ్యాధులకు ఇది పరమౌషధము! 3] బెరిటాకార్బ్ :- ఇది టాన్సిల్స్ వాపుకు, గొంతు నొప్పులకు, మఱుగుజ్జు పిల్లలకు బాగా పనిచేస్తుంది. మానసికముగా ఎదుగుదల (బుద్ధి వికాసము) లేనప్పుడు, ఆలోచనా శక్తి కొఱవడినప్పుడు; నడచుట, మాటలు వచ్చుట ఆలస్యమైనప్పుడు కూడా ఇది చక్కగా పనిచేస్తుంది. 4] కాల్కేరియాకార్బ్ :- పొట్ట మాత్రము పెరుగుతూ, శిశువు శరీరము సన్నబడిపోయినప్పుడు; ఊబ శరీరము వచ్చినపుడు- దీనిని వాడితే.... అవలక్షణాలు అంతరించటమే కాకుండా; ఎముకలు సక్రమముగా ఎదిగేలా దోహదము చేస్తుంది. జీర్ణకోశ వ్యాధుల వలన- పుల్లని త్రేపులు, పుల్లని వాంతులు వస్తున్నపుడు కూడా దీనిని వాడుకోవచ్చు. ఇంకా రికెట్స్ వ్యాధి, పోలియో వ్యాధులకు ఇది దివ్యముగా పనిచేస్తుంది. పిల్లలకు పళ్ళు వచ్చే తరుణములో దీనిని వాడితే ... వారికి మంచి దంతాలు వస్తాయి 5] అర్జెంటుమ్ నైట్రికమ్ :- పిల్లల కంటి జబ్బులకు ఇది చక్కగా పనిచేస్తుంది. కండ్లకలక, కండ్లవాపు

కండ్లలో పుసులు, చత్వారము వంటి వాటికి దీనిని వాడుకోవచ్చు. కొంత మంది పిల్లలకు దగ్గఱ చూపు ఆనక పుస్తకాన్ని దూరముగా పెట్టి చదువుతారు. వీరికి ఇది మంచి ఫలితాన్నిస్తుంది. 6] సారసపరిల్లా :- కొందరు పిల్లలకు చక్కెర అంటే ప్రాణము! కాని అది వారికి సరిపడదు. వారి శరీరము ముడతలు పడి, చిన్నతనములోనే ముసలి రూపము పడుతుంది. వీరికి ఇది చక్కని మందు!

7] లైకోపోడియమ్ :- కొందరు అమితమైన ఆకలితో సతమతమౌతూ వుంటారు. కాని నాలుగు ముద్దలు తినుటతోచే.... కడుపు ఉబ్బరము వస్తుంది. అపాన వాయువును, రొంప, ముక్కులు దిబ్బడ వేసి నోటితో గాలి పీల్చవలసి వస్తుంది. మూత్రములో ఇసుక వంటి పదార్థము పోతూ వుంటుంది. చివరికి నపుంసకత్వము కూడా రావచ్చు. వీరు సాయంత్రము 4 గంటల నుండి రాత్రి 8 గంటల వఱకు సహజముగా ఉద్రేకమును పొందుతుంటారు. వీరికి లైకోపోడియమ్ చక్కని మందు! బాగా పని చేస్తుంది.

8] అయోడియమ్ :- క్షయ వ్యాధికి ఇది మంచి మందు! ఇంకా ఆకలిని తట్టుకోలేనివారికి, తినుట కాస్త ఆలస్యమైనా నీరస పడిపోయే వారికీ, ఎంత తిన్నా చిక్కిపోయే వారికీ, నిస్సత్తువతో నిస్పృహ చెందే వారికీ ఇది చక్కగా పనిచేస్తుంది. కొందఱు స్త్రీలలో- మిగతా అన్ని అవయవాలలోనూ పెరుగుదల మామూలుగానే వుండి, స్తనాల ఎదుగుదల మాత్రము వుండదు. అలాంటి వారికీ, కీళ్ళ నొప్పులతోనూ, అండాల వాపుతోనూ బాధపడే వారికీ; ఎప్పుడూ ఏదో ఒకటి తినాలనే తపన వున్న వారికీ కూడా 'అయోడియమ్' మంచి మందని చెప్పవచ్చు.

9] యాసిడ్ నైట్రిక్ :- శరీరము పగులుట, పులిపిరులు ఏర్పడుట, మూత్రము గుఱ్ఱపు మూత్రమువలె కంపు కొట్టుట తఱచుగా జలుబు చేయుట వంటి వాటితో బాధపడేవారు దీనిని వాడాలి. పైమందులు అన్నీ ముందుగా 200 పొటెన్సీలో- ఉభయము ఒక డోస్, సాయంత్రము

ఒక డోస్ చొప్పున కొద్దిరోజులు వాడి, ఆ తరువాత వెయ్యి పొటెన్సీలో వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున వాడాలి.

ద్వాదశ లవణాలలో ముఖ్యమైన నేట్రమ్‌సల్ఫ్-30, నేట్రమ్‌మూర్ 30, సైలీషియా-30, కాలీసల్ఫ్-30 లను పై మందులతో పాటుగా రోజుకు ఒకసారి సారికి ఒక డోస్ చొప్పున ఒక నెల రోజులసాటు వాడితే .... సత్ఫలితాలు చేకూరుతాయి.

## సిఫిలిస్ (SYPHILIS=సవాయి వ్యాధి)

ఇది కూడా సైకోటిక్ (గనోరియా) వలెనే భయంకర వ్యాధి. 1493వ సం॥ నుండి సిఫిలిస్ తీవ్రత, వ్యాప్తి పెరుగుతూ వస్తోంది. ఇది స్త్రీ-పురుషుల రతిక్రీడ వలన ఒకరినుండి మరొకరికి వ్యాపిస్తుంది. సవాయి (సిఫిలిస్) సాధారణముగా ఏ దశలో ఆవహించినదో.... అదే దశలో స్త్రీ-పురుషులకు ఒకరినుండి ఒకరికి సంక్రమిస్తుంది.

గనోరియాను అణచుట వలన ఏర్పడే వ్యాధి లక్షణాలను "సైకోటిక్" అని పిలిచినట్లే .. "సిఫిలిస్ (సవాయి)గా పిలువబడే 'షాంకర్' పుండును అణచుట వలన ఏర్పడే వ్యాధి లక్షణాలను "సిఫిలిటిక్ మియాజ్మ్" అని పిలుస్తున్నారు. వీటి నివారణకు వాడే హోమియో మందులను "యాంటీ సిఫిలిటిక్" మందులు అంటున్నారు.

సవాయి ముఖ్యలక్షణాలు—వ్యాప్తి : "సెగవలెనే-'సవాయి' ఒక సూక్ష్మజీవి వలన వ్యాప్తి చెందుతుంద"ని క్రీ॥శ॥ 1905 లో "షాడిన్," "హాఫ్‌మున్" అను శాస్త్రవేత్తలు కనుగొన్నారు మైక్రోస్కోప్ నందు 'డార్క్ గ్రౌండ్ ఇల్యూమినేషన్'లో "ట్రీపోనోమా పాలిడమ్" అనే ఈ చిన్ని క్రిమిని పరిశీలనగా చూస్తే... ఇది ఎంతో వేగముగా కదలుతున్నట్లు తెలుస్తుంది. అన్ని శరీర భాగాలనూ విషతుల్యము చేసే ఈ సూక్ష్మజీవి ముద్దు పెట్టుకొనుట వలన, ఒకరి బట్టలను (అనగా సవాయి రోగి బట్టలను) మరొకరు ధరించుట వలన; ఆ వ్యాధి గ్రస్థులనుండి రక్తదానమును స్వీకరించుట వలనా ఇది వ్యాపిస్తుంది. స్త్రీలలో గర్భాశయము

లోనూ, గర్భిణిగా వున్నప్పుడు 'మాయ (Placenta)' లోను సవాయి క్రిములు చోటు చేసుకుంటాయి. ఇవి శరీరములో ప్రవేశించిన తరువాత 5 రోజుల నుండి 3 నెలల లోపుగా తమ ప్రభావాన్ని చూపుతాయి "గర్భస్థ శిశువునకు వ్యాపించడానికి మాత్రము 3 నెలల కాలము పట్ట వచ్చును" అని శాస్త్రజ్ఞులు నిర్ధారించినా....సవాయి రోగపీడితులైన స్త్రీలు తమకు నెల తప్పటతోనే సిఫిలిస్ మందులు వాడుకొనుట ఉత్తమము. ప్రపంచమంతటా వ్యాపించి వున్న ఈ మహమ్మారి చర్మము, శ్వాసకోశము, మూత్రపిండాలు, గుండె, మెదడు వంటి అన్ని ప్రధాన శరీరభాగాలపైనా తన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. గనోరియా వలెనే- సవాయి వ్యాధిని మూడు దశలుగా విభజించారు వైద్య శాస్త్రజ్ఞులు!

సవాయి - ప్రథమ దశ : సవాయి సాధారణముగా స్త్రీల కంటె.... పురుషులనే అధికముగా బాధిస్తుంది. ఇది జననాంగాలమీద-చిన్న పుండుగా ప్రారంభమౌతుంది. ఈ పుండునే "షాంకర్" అని అంటారు. ఒకటిగాగాని, అంతకు మించిగాని ఏర్పడవచ్చు. ఈ పుండ్లు గుండ్రముగా గుండీ ఆకారములో, ఎత్తైన అంచులతో వుంటాయి. వీటివలన నొప్పివుండక పోవచ్చును. కాని.... పుండ్లనుండి రసి కారుతూ, ఆ రసి దుర్వాసన గొడుతూ ఉంటుంది. కొందరిలో ఈ పుండ్లకు ఒత్తిడి లేని సందర్భాల యందు అనగా వారము, పది రోజుల పాటు రతి జరుపకపోతే.... పుండ్లు మాయమై, కేవలము మచ్చలుగానే తోచవచ్చు. అంతమాత్రము చేత వ్యాధి తగ్గినట్లుగా భ్రమపడకూడదు. నిజానికి సవాయి క్రిములు లోపలికి పోయి, రక్తాన్ని విషతుల్యము చేసి: అనేక విపరీత పరిణామా లను సృష్టించనున్నవని గ్రహించాలి. సంభోగ సమయములో అంగము మీది పుండ్లు పగిలి, రసి వచ్చి, మరల వాటంతట అవే తగ్గిపోతాయి. వీటి వలన గజ్జలలో (లింఫ్ గ్రంథులు లింఫ్ నాళాలు) బిళ్ళలు కట్టవచ్చును. సిఫిలిస్ వలన కాక.... వేఱు విధముగా కూడా ఇలా బిళ్ళలు కట్ట వచ్చును. కనుక.... రోగ నిర్ధారణ కొఱకు మంచి డాక్టర్‌కు చూపించు కొనుట చాల మంచిది.

సవాయి- రెండవ దశ : శరీర మంతటా ఎఱ్ఱని దద్దురులు ఏర్పడి అవి కొద్ది మంటగా ఉండవచ్చు. అవి తగ్గి, మచ్చలుగా మారిన ... తిరిగి చీము పొక్కులుగా బయలుదేరుతాయి. పెదవులపైన, అంగిటిలో, టాన్సిల్స్‌పైన పుళ్ళు ఏర్పడతాయి. లింఫ్‌గ్లాండ్స్ ఉబ్బుతాయి. మెడ వెనుక, చంకలలో, మోచేతులకు కొద్దిగా పైన గ్లాండ్స్ పెరుగుతాయి. బొల్లి మచ్చలు అంకురిస్తాయి. పేను కొరుకుడు మాదిరిగా తల, మీసము, గడ్డము మీదున్న వెంట్రుకలు రాలిపోయి; మళ్ళీ మొలకెత్తవు ఈ లక్షణాలతో పాటు- ఎముకలలో నొప్పి, ఎముకలు పెళుసుబారిపోవుట కూడా జరుగుతుంది. ఇంకా రక్తక్షీణత, నాడీ మండలము దెబ్బతినుట, మెదడువాపు వ్యాధులు కూడా ప్రారంభమౌతాయి. విడవని జ్వరము, లివర్, గుండె, ఊపిరితిత్తుల వ్యాధులు మొదలౌతాయి.

పైన చెప్పిన లక్షణాలన్నీ అందరి రోగులలోనూ స్పష్టముగా కనిపించక పోవచ్చు. కొన్ని మాత్రమే కనిపించినా.... "U.D R.I. రక్త పరీక్ష" చేయించుకోవాలి. ఒక్కోసారి ఈ పరీక్షలో కూడా దోషము కనిపించక పోవచ్చును. ఐతే.... కొన్ని తత్వాల వారికి ప్రథమ, ద్వితీయ దశలలో కూడా దోషము కనిపించకుండా వుండి- మూడవదశలో బయట పడవచ్చును. చెవిలో చీముకారుట, రక్తపు వాంతులు, స్వరపేటిక పాడౌట వంటివి కూడా సవాయి రెండవ దశలో వుండవచ్చును.

సవాయి- మూడవ దశ : ఈ దశలో ముఖ్యముగా రక్తము కలుషితమౌతుంది. వ్యాధి శరీరమంతటా ప్రాకిపోతుంది. కండరాలు చచ్చుపడుట, ఎండిపోవుట; నరాలు- చచ్చుపడుట, పక్షవాతము వంటి బాధలను ఎదుర్కొన వలసి వస్తుంది. చర్మము పైన– కుష్ఠు, శ్వేతకుష్ఠు గడ్డలు వంటివి రావచ్చును. ఆ గడ్డలు పగిలి చీము-నెత్తురు లేక దుర్వాసనతో నిండిన స్రావము స్రవిస్తూ.... దుర్భర పరిస్థితి ఏర్పడవచ్చు. ఈ దశ చేరుకున్న వారికి- వికృత రూపులైన బిడ్డలు పుట్టవచ్చు, లేదా పుట్టిన బిడ్డలు పురిటిలోనే చనిపోవుట లేక వికలాంగులు, మందబుద్ధులైన బిడ్డలు

పుట్టుట, జుట్టులేని శిశువులు జన్మించుట జరుగవచ్చు. ఒక్కోసారి ఆ బిడ్డలకు శరీరము మీద పుండ్లు పడుట. గోళ్ళు సరిగా రాకపోవుట వంటి వైకల్యాలు తటస్థించవచ్చు. లేదా శిశువు ఎదుగుదల మొదలైన తరువాత 12 సం॥ల వయసు లోపల పై వ్యాధులు ఏర్పడవచ్చు. అరుదుగా యుక్త వయస్కులైన తరువాత కూడా సిఫిలిస్ దాడి చేయవచ్చు. ఫోబియా, ఇన్‌ఫీరియర్ కాంప్లెక్స్, సైకోసిస్ అండ్ సిఫిలిస్‌ల కలయిక వలన పై లక్షణాలు సాక్షాత్కరిస్తాయి.

**సిఫిలిస్ - మానసిక లక్షణాలు :** సిఫిలిస్ వ్యాధికి గురైన వారి మనస్తత్వము విచిత్రముగాను, ఒక్కోసారి విపరీతముగాను వ్యక్తమౌతూ వుంటుంది. క్రూర స్వభావముతో హత్యలు చేయటమో, అలా చేయలేక ఆత్మహత్యకు పాల్పడటమో జరుగుతూ వుంటుంది. వీరిలో నైతిక విలువలు నశిస్తాయి. ప్రేమానురాగాలకు వీరు అతీతముగా వ్యవహరిస్తారు. భార్యా బిడ్డలను, బంధువులను, ఆత్మీయులను, మిత్రులను హింసిస్తూ.... సంతసించే శాడిస్టులుగా ప్రవర్తిస్తారు. లైంగికముగా కూడా వీరిలో కొందరు శాడిస్టులే!

**షాంకరాయిడ్ :** సిఫిలిస్ వ్యాధి సోకినవారికి జననాంగముమీద పుండు లేస్తుందని; దానివలన గజ్జలలో బిళ్ళలుకట్టి, అవి వాచిపోతాయనీ చెప్పుకున్నాము. దీనినే "షాంకారాయిడ్" అనీ, వాడుక భాషలో ఐతే.... "వరిశగడ్డలు" "అడ్డకర్రలు" అనీ పిలుస్తుంటాము. వీటికి పైన పట్టీలు వేసే పద్ధతి వాడుకలో వున్నది. ఇది చాల ప్రమాదకరమైన పని! ఇలా చేయుట వలన ఒక్కోసారి పుండ్లు రాకుండానే 'షాంకరాయిడ్' రావచ్చు. దీనికి కారణము "హెమోఫిలస్‌డుక్రి" అనే బాక్టీరియా అని శాస్త్రజ్ఞులు నిర్ధారించారు. దీనివలన అమిత జ్వరము, భరింపరాని బాధ, నడువలేని పరిస్థితి ఏర్పడతాయి. ఇది స్త్రీ-పురుషులలో ఎవరికైనా రావచ్చు. మూత్ర నాళము మూసుకుపోవటమో లేక చిల్లులు పడటమో లేదా మూత్రమేరాని విషపరిణామమో సంభవిస్తుంది. ఒక్కోసారి గడ్డలు చితికి, లోతైన పుండ్లు

(లూటీలు) పడి చిత్రవధ చేస్తాయి. పుండ్లు పడిన భాగాలు కుళ్ళిపోయే ప్రమాదమూ వున్నది.

సిఫిలిస్‌ను అనుసరించి L.G.V. : సిఫిలిస్‌ను అనుసరించే "లింఫోగ్రోన్యులోమా వెనీరియమ్" అనే లైంగిక వ్యాధి సోకుతుంది. దీనినే "L.G V." అంటారు. ఇది ఒక రకమైన వైరస్ ద్వారా సంక్రమిస్తుంది. ఈ వ్యాధి సోకిన వారిలో షాంకరాయిడ్ సిఫిలిస్ లక్షణాలు కలగాపులగముగా వుంటాయి. ఇదే విధముగా కన్పించే మరో రెండు వ్యాధులున్నాయి. అవి "గ్రాన్యులోమా వెనీరియమ్", "హెర్పిస్ ప్రోజనిటాలిస్" అనునవి.

సిఫిలిస్ వ్యాధిని నిర్ధారించుట ఎలా ? : జననాంగము మీద ఏర్పడిన పుండ్ల యొక్క రసిని తీసి, లేబొరేటరీ పరీక్ష చేసి; సిఫిలిస్, షాంకరాయిడ్‌లకు సంబంధము వున్నదో లేదో నిర్ధారిస్తారు. "సుఖవ్యాధులున్నాయా? లేవా??" అన్నవిషయము V.D.R.L. పరీక్షలో తేలిపోతుంది. పరీక్షకు ముందు హోమియో పద్ధతి ప్రకారము "యాంటీ బయాటిక్స్" వాడకూడదు. అలా వాడితే.... సరియైన రిపోర్ట్ వస్తుంది. రెండవ దశలో మాత్రము V.D.R L. స్పష్టముగా కనిపిస్తుంది. భార్యా భర్తలలో- ఏ ఒక్కరికి సుఖవ్యాధి వున్నా.... ఇద్దరూ చికిత్స చేయించుకొని తీరాలి. ఏ వ్యాధికైనా అర్హత వున్న అనుభవము గల వైద్యుని వద్దనే చికిత్స చేయించుకోవాలి. మందులషాపు వారిని- అడిగో, మిడిమిడి జ్ఞానముతో పొట్టకూటికోసము వైద్యముచేసే "డాక్టర్ గాని" డాక్టర్ వద్దో మందులు తీసుకొంటే ... రోగము ముదిరి, ప్రాణాపాయ పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. "కొండనాలుక్కి మందు వేస్తే.... ఉన్న నాలుక పోతుంది?" అన్న సామెతలా ఔతుంది. అలాగే.... రక్త పరీక్ష, మూత్ర పరీక్ష వంటివి చేయించుకొనేటప్పుడు సమర్థులైన టెక్నీషియన్స్ చేతనే చేయించుకోవాలి.

'SEROLOGY' ద్వారా సిఫిలిస్ నిర్ధారణ : ముంజేతి సిరల నుండి 5 ml. రక్తాన్ని తీసి, దానిని వెంటనే 'Centrifuge Test

tube'లో పోసి, అరగంటసేపు వుంచుతారు. దీనితో ఆ రక్తము గడ్డ కడుతుంది. ఆ రక్తముపైన చేరిన ద్రవాన్ని "SERUM" అంటారు. ఈ 'Serum'లో వుండే 'యాంటీ బాడీస్'ను తెలిసికొనే శాస్త్రమునే "Serology" అంటారు. దీనిని ఆధారముగా చేసికొని కూడా సిఫిలిస్, షాంకరాయిడ్‌లను నిర్ధారణ చేయుట జరుగుతున్నది.

**సిఫిలిస్ వలన సంక్రమించే మరికొన్ని వ్యాధులు - వాటి నిర్ధారణ :** సిఫిలిస్ మూలముగా కొందరికి తల తిరుగుడు వ్యాధి వస్తుంది. దీని మూలకముగా వీరు ఎప్పుడు చూసినా చిఱ్ఱుబుఱ్ఱు లాడుతూ వుంటారు తమ చుట్టూవున్న జనాన్ని హైరానా పెడుతూ వుంటారు. "ఇలా వీరికి తల తిరుగుట అన్నది సిఫిలిస్ మూలకముగా వచ్చినదేనా ?" అన్న విషయమును- వీరి వెన్నునుండి నీరు తీసి. "వాసర్ వాన్ టెస్ట్" ద్వారా రోగనిర్ణయమును చేస్తారు. ఈ టెస్ట్‌లో "మోనోన్యూక్లియర్ సెల్స్". "ప్రోటీన్" "గ్లోబ్యులిన్" అనునవి వెన్నునుండి తీసిన నీటిలో ఏఏ శాతములో ఉన్నాయో తెలిసిపోతుంది. "కొల్లాయిడల్ గోల్డ్ రియాక్షన్" కూడా తేలిపోతుంది. ఆ రిపోర్ట్‌తో వ్యాధి నిర్ధారణ జరుగుతుంది.

**సుఖవ్యాధులు-భ్రమలు :** "పెన్సిలిన్, టెరామైసిన్ వంటి మందులను రతికి ముందుగా వాడుకుంటూ వుంటే.... ఏ సుఖవ్యాధీ ఏమీచేయదు" అన్న భ్రమతో-కొందరు సరసులు, రసికులు యథేచ్చగా వ్యభిచరిస్తూ వుంటారు. అదే విధముగా కొంతమంది. "సున్తీ చేయించుకుంటే.... ఏ వ్యాధీ తమకు సోకదు" అనుకుంటారు. ఇదీ భ్రమే! దీని వలన వ్యాధి రాకుండా ఉండదు.

**సిఫిలిస్-కొన్ని జాగ్రత్తలు :** సిఫిలిస్, రోగి. ప్రతిరోజూ తన 'సవాయి పుండు (Hard or Huntarion chancre)'ను శుభ్రమైన నీటితో కడిగి, పై పూత మందులు వాడాలి. బీడి, చుట్ట మద్యపానములను పూర్తిగా మానుకోవాలి చేపలు తినకూడదు. ఆహారములో మసాలా,

ఉప్పు, కారములను బాగా తగ్గించాలి. వ్యభిచారానికి దూరము కావాలి. ఎప్పటి కప్పుడు ఉతికిన బట్టలనే ధరించాలి. నకిలీ డాక్టర్ల వద్దకుససేమిరా పోకూడదు. క్వాలిఫైడ్ డాక్టర్లనే సంప్రదించాలి. భార్యాభర్తలలో ఏ ఒక్కరికి వ్యాధి సోకినా.... వెంటనే ఇద్దరూ ట్రీట్‌మెంట్ తీసికొనుట ప్రారంభించాలి.

**వారసత్వముగా వచ్చే సవాయి :** సెగరోగము వలెనే- 'సవాయి వ్యాధి' కూడా వారసత్వముగా సంక్రమిస్తుంది. కనుక.... ముందు జాగ్రత్తగా స్త్రీకి గర్భధారణ జరిగిన ప్రారంభములోనే.... సక్రమమైన హోమియో చికిత్సను అందించాలి. గనోరియా వ్యాధి శరీర భాగాలను 'ఉబ్బు-వాపు'లతో రూపునే మారిస్తే.... ఈ సవాయి వ్యాధి ఏకముగా ఆయా శరీర భాగాలను తినివేయుట జరుగుతుంది గనుక.... చాల జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ఈ రోగుల శరీరము నుండి వెలువడే స్రావాలు (కుసుమ, చీము, మూత్రము, చెమట)- బట్టకు ఐతే.... ఆ స్రావాలు ఆ బట్టనే తినేస్తాయనుటలో సందేహము లేదు. అంతేకాదు.... ఏ వ్యక్తి అవయవాలైనా కొంకుక్కు పోవటమో, కుళ్ళిపోవటమో, పాడైపోవటమో జరిగితే.... గ్యారంటీగా ఆ వ్యక్తికి సిఫిలిస్ ఉన్నట్లేలెక్క! యౌవనములో వున్న వారికే కాకుండా.... ఇది వృద్ధులకు కూడా రావచ్చు. దీని మూలముగా- క్యాన్సర్, మెదడుకు సంబంధించిన వ్యాధులు వంటివి మరెన్నో వచ్చి; రోగిని- యమబాధకు గురిచేస్తాయి. గజ్జలలో- మాంసగ్రంథుల వాపు (Bubo), మేహవాతపు నొప్పులు, ఒరియుట, పుండ్లు, నిద్రలేమి, నపుంసకత్వము, సంతాన హీనత, సంభోగ వాంఛ నశించుట, అపరిమిత కామవాంఛ వంటివి స్త్రీ-పురుష సిఫిలిస్ రోగులలో సమముగానే కనిపిస్తాయి. ఒక్కమాటలోనే చెప్పుకోవాలంటే.... ప్రస్తుతము ఈనాడు కనిపించే వ్యాధులలో- '75%' సుఖవ్యాధుల యొక్క భయంకర పరిణామాలే !

**సిఫిలిస్ చికిత్స :-** "షాంకర్" లేక 'బ్యుబో' కనబడిన రోజునే.... బాహ్య ప్రక్రియలతో దానిని నాశనము చేసినా.... ఆ తరువాత

'సిఫిలిస్' తప్పనిసరిగా, ఆకస్మికముగా ప్రజ్వరిల్లుతుంది" అని డా॥ జాన్ హంటర్ ధృవీకరించారు. 1718 వసం॥లో డా॥ హంటర్ సుఖ వ్యాధులపై తాను వ్రాసిన గ్రంథములో (53 వ పేజీ) "కేవలము బాహ్య ప్రక్రియలతో (సహాయి పుండు) నశించినా.... 15 మందిలో ఏ ఒక్క రోగి ఐనా సిఫిలిస్ ప్రజ్వలన నుండి తప్పించుకోలేడు" అని తేల్చాడు. "సారూప్య సిద్ధాంతముతో నిరూపించబడిన సారూప్య ఔషధాలతో (ఎట్టి బాహ్య చికిత్సతో ప్రమేయము లేకుండా) అంతర్గత సిఫిలిస్‌ను సంపూర్ణముగా నయము చేయవచ్చును" అని నిరూపించాడు డా॥ హనిమాన్! "సిఫిలిస్ సోకినవారు ఎన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకున్నా.... ఆఖరికి వ్యాధి సోకిన ఆ భాగాన్ని నరికి వేసినా.... అది శరీరము లోపలికి వ్యాపించి తీరుతుంది" అనీ; షాంకర్ మచ్చ ఆనవాలు లేకుండా పోయినప్పుడే పూర్తిగా నయమైనదని భావించాలి" అనీ మరింత విశదీకరణ చేసాడు డా॥ హనిమాన్!

**సిఫిలిస్ రోగుల మనోభావాలు :-** సిఫిలిస్ రోగుల మనస్తత్వము చూపరులకు ఒకోసారి విచిత్రముగా తోస్తుంది. వీరు అమిత మందమతులౌతారు. ఎలాంటి విపత్తులలోనూ చలించక.... స్తబ్దులుగా వుండిపోతారు (భార్యాబిడ్డలు చనిపోయినా.... వ్యాకుల పడరు) హత్య చేయాలన్న తలంపుతోను, ఆత్మహత్యకు పాల్పడాలన్న తలంపుతోను తికమక పడుతూ వుంటారు. కొందరు ఉన్మాదులైనా (పిచ్చివారైనా) ఆశ్చర్యపడవలసిన పనిలేదు. సిఫిలిస్ రోగులలో క్షమించే స్వభావము నశిస్తుంది. చదివినవి, విన్నవి మఱచిపోతారు. ప్రతి పనినీ మొరటుగా చేస్తారు. మొండితనము, మూర్ఖత్వము పెరిగిపోతుంది. దొంగతనము చేయాలనిపిస్తుంది. ఒంటరితనమును కోరుకుంటారు. కోపము, విచారము, దుఃఖము ముంచుకొస్తుంటాయి స్వార్థపరులౌతారు. అపకారము తల పెడుతూ వుంటారు. కుట్రలూ, కుయుక్తులూ పన్నుతూ వుంటారు. ఈ మనోభావాలు సూర్యాస్తమయము నుండి, సూర్యోదయము వఱకూ ఎక్కువగా వుంటాయి. వీరు సామాన్యముగా చల్లని పదార్థములను; ఉప్పు, పులుపు, తీపులను అమితముగా ఇష్టపడుతూ వుంటారు.

సిఫిలిస్ రోగుల శరీరతత్వము :- సిఫిలిస్ రోగుల శిరస్సుకు వెనుక భాగములో- అడుగున దిమ్మగా వుండి, తల తిరుగుట, ఒళ్ళు తిరుగుట సంభవిస్తుంది. తల వెంట్రుకల కుదుళ్ళలో- కుఱుపులు లేచి, రసి కాఱుట వలన దుర్వాసన బయలుదేరుతుంది. వెంట్రుకలు ఊడిపోయి, తిరిగిరావు. స్పృహ తప్పి పడిపోయేంత శిరోబాధ కలుగుతుంది. ఈ బాధకు చల్లదనము వలనా, ముక్కునుండి రక్తస్రావముతోనూ ఉపశాంతి ఏర్పడుతుంది. ఈ శిరోబాధ వున్న స్త్రీ రోగులు కొందఱికి 'హైడ్రోసెఫ్రాయిడ్ బేబి (శిరస్సుతో నీరు చేరిన శిశువు)' పుట్టవచ్చు. మరి కొందఱు రోగులకు- చెవిపైన, చెవి చుట్టూ చర్మ వ్యాధులు వచ్చి దుర్వాసన కొట్టే ద్రవము స్రవిస్తుంది. చెవినుండి చీము కారినా.... అమిత దుర్వాసనగా వుంటుంది కన్నువాపు కనుగ్రుడ్లు బయటకు వచ్చుట, వెలుతురు చూడలేకపోవుట జరుగుతుంది. ఒక్కొసారి ముక్కు ఎముక వంకర పోవుట, ముక్కునుండి రక్తస్రావము, వాసన తెలియక పోవుట సంభవిస్తూ వుంటాయి. కొన్ని సందర్భాలలో- ఈ వ్యాధి కనుగ్రుడ్లనూ, ముక్కు ఎముకనూ తినివేస్తుంది కూడా! నాలుక పూత, నాలుకమీద పుండ్లు- పగుళ్లు, పుప్పిపళ్ళు, ముక్కుపళ్ళు, నోటి దుర్వాసన కూడా సహజము! ఇంకా.... టాన్సిల్స్‌లో చీముచేరి, క్రుళ్ళిపోవుట, జీర్ణకోశములో పుండ్లు, దుర్వాసనతో కూడుకున్న విరేచనాల వంటివి వుంటాయి. విరేచనాలు- వాంతులు మూలముగా- వీరు తీవ్రముగా నీరసించిపోయి, చివరికి ప్రాణమును సైతము కోల్పోవచ్చును. క్షయ, కుష్ఠు వ్యాధులు కూడా తోడు కావచ్చు. స్త్రీ రోగులైతే.... గర్భాశయములో- పుండ్లు, కురుపులు వుండి; వాటి స్రావము దుర్వాసన కొడుతుంది. ఈ సిఫిలిస్ రోగులు టానిక్‌ల ద్వారా, పోషకాహారము ద్వారా బలమును పుంజుకున్నా.... అది నిలవదు. కొందఱు రోగులకు- కాన్సర్ వ్యాధి కూడా వస్తుంది. సిఫిలిస్ నివారణకు వాడే మందులను "యాంటి సిఫిలిటిక్ ఔషధములు" అని అంటారు.

'సిఫిలిస్- ఒక పరిశీలన :- హోమియో వైద్యములో సిద్ధహస్తులుగా వాసిగాంచిన డా॥ హానిమాన్, హెర్రింగ్, నాష్, కెంట్,

ఫారింగ్‌టన్ వంటి మహాశయులు- ఎన్నెన్నో పరిశోధనలు చేసి, తమ పరిశీలనలో తేలిన అంశాలను మనకు అందించారు. సిఫిలిస్ 'పూర్వ దశ (Predromal Period)'లో- అది పూర్తిగా బయటపడక పోవుటకు కొన్ని కారణాలను ధృవీకరించారు. అవి ఏవనగా.... 1] రతి అనంతరము జలుబు, దగ్గు, అజీర్తివంటి తరుణ వ్యాధులు కలిగినపుడు.... వాటికి వాడిన మందులే సిఫిలిస్ పూర్వ దశను కనిపించకుండా చేయవచ్చు. 2] అలా తరుణ వ్యాధులకు వాడిన మందుల వలన సిఫిలిస్ రెండవ దశ త్వరగా అభివృద్ది చెందవచ్చు. 3] సిఫిలిస్ రెండవ దశలో వున్న రోగి పెళ్ళి చేసుకుంటే.... అతని భార్యకు తొలి దశలోనే 'షాంకర్' కాకుండా.... మొండి పైన చర్మవ్యాధులు రావచ్చు. 4] గనోరియా సైకోటిక్ లక్షణాలున్న పురుషులతో రతి జరిపిన స్త్రీకి గాని, ఆమె బిడ్డలకు గాని సిఫిలిస్ రాదు. దీనికి కారణము బీజము తండ్రిది, క్షేత్రము తల్లిది అగుట కారణము కావచ్చు. 5] ద్వితీయ, తృతీయ దశలలో అంకురించిన సిఫిలిస్‌ని అంత తేలికగా కనుగొనలేక పోవచ్చును.

పోతే.... విచిత్రమైన సంగతి, ఏమిటంటే.... ఏదైనా పెద్ద జబ్బు అనగా.... బలమైన వ్యాధి శరీరములో వున్నపుడు.... అది తగ్గేవరకు ఏ ఇతర జబ్బులూ అనగా చిన్న చిన్న జబ్బులు రావు.

ఒక మనవి :

సిఫిలిస్ రోగులు కొందరికి అల్లోపతి వైద్యులు కొంతమంది చికిత్స చేసి, చివరకు "బ్రతికినంతకాలము బాధ వచ్చినపుడు ఈ బిళ్ళలు వాడుకోండి!" అంటూ ప్రిస్క్రిప్షన్ వ్రాసి ఇచ్చిన సందర్భాలు ఉన్నాయి. ఐతే....అదే రోగులకు ఆహార నియమాలతో-హోమియోవైద్యము చేయగా ....వారి బాధలు తగ్గిపోయి, గొంతుపూత పుండులా క్రొత్త రుగ్మత వచ్చింది. ఆ రుగ్మతకు ముందుగా 'మెర్క్యుసోల్'ను వెయ్యి పొటెన్సీలో రెండు వారాలు వాడి; అదే పవర్‌లో 'నైట్రికమ్' వాడగా అన్ని బాధలూ నివారింపబడ్డాయి. వారికి తిరిగి ఏ వ్యాధి రాలేదు కూడా.

## సిఫిలిస్-హోమియో చికిత్స

సిఫిలిస్ వ్యాధి గ్రస్తులకు ఏ దశలో ఏ హోమియో మందులు సక్రమముగా పనిచేస్తాయో; అవి వాడే విధానము ఏమిటో; వరుసగా, వివరముగా ఈ క్రింద ఇస్తున్నాము. చక్కగా అవగాహన చేసికొని వాడుకోవలసినదిగా కోరుతున్నాము. క్వాలిఫైడ్ హోమియో డాక్టర్ సలహా మేరకు వాడుకుంటే.... ఇంకా మంచిది. అవసరము కూడా!

మెర్క్యుసోల్ :- ఇది సవాయి వ్యాధికి- ఆరంభము నుండి, అంతము వరకు చక్కగా పని చేస్తుంది. ప్రథమ దశలో- అంగము పైన పొక్కులు లేచి; పెరిగి, నీరుపట్టి, చితికి, పుండుపడి, రసి కారుతూ, అంగము వాచిపోతే.... దీనిని ప్రతి 6 గంటలకు 3 మాత్రలు చొప్పున వాడాలి. జ్వరము వచ్చి, గజ్జలలో కట్టిన బిళ్ళలు వాచి, చీము పట్టినపుడు; ఈ సవాయి బిళ్ళలనుండి చీము వచ్చగా, చిక్కగా కారేటప్పుడు- దీనిని వాడవచ్చు. గొంతులో నొప్పి, పుండ్లు పడుట, లాలాజలము అధికముగా ఊరుట, చొంగకారుట, పుప్పిపళ్ళు మున్నగు వాటితో నోరు దుర్వాసనగా వున్నప్పుడూ.... ఇది దివ్యముగా పనిచేస్తుంది. నాలుకపూత, చిగుళ్ళవాపు- ఉబ్బు, చీముపట్టుట వంటి వాటికీ ఇదే మందు! గజ్జలలో గ్రంథులూ, మెడ వద్ద- గ్రంథులూ వాచి, చీము పట్టినప్పుడు; ఎముకలు వాచి, పుండ్లు పడినప్పుడు కూడా దీనినే వాడాలి. కండ్లలో చీము, కండ్ల ఎఱుపు, వెలుతురును చూస్తే సూదులతో పొడిచినట్లు కళ్ళలో నొప్పి, దుర్వాసనగల స్రావము వంటి వాటికీ దీనిని వాడవచ్చు (ఇదే లక్షణాలకు 'సిఫిలిస్', అయోడినమ్' కూడా బాగా పనిచేస్తాయి). ముక్కులో పుండ్లు, వదలని రొంప, రొంప స్రావము గలిగి పుండ్లు పడుట, క్షయ, ఊపిరితిత్తుల వ్యాధులు వగైరా సవాయి రుగ్మతలకూ- మెర్క్యుసోల్ చక్కగా పని చేస్తుంది. దీనిని వైద్యుల సలహాలపై 30 పవర్ నుండి క్రమముగా వెయ్యి- అంతకంటె హైపొటెన్సీలో వాడవలసి రావచ్చును. "సైకోసిస్(గనోరియా)కు- 'తూజా' లాగా, 'సిఫిలిస్'కు- ఇది 'స్పెసిఫిక్ (Specific = నృపమగు) ఔషధ

ముగా పని చేస్తుంది" అని ప్రముఖ హోమియో వైద్యులు డా॥ హానిమాన్ ధృవీకరించారు. సవాయి నివారణకు రస సంబంధమైన మందులు వాడి నప్పుడు విరుగుడుగా- మెర్క్యుసోల్ బాగా పనిచేస్తుంది. ఇంకా.... సవాయికి సంబంధించిన- తలనొప్పులు, చర్మవ్యాధులు, కాలేయపు వాపు, రక్త-బంక విరేచనాలు, కీళ్ళ వాపు, శరీరము శుష్కించుట అను వాటికి కూడా మెర్క్యుసోల్ బాగా పని చేస్తుంది. వేడిమిని భరించలేకపోవుట, అలాగే చల్లదనమును మరియు అస్థిమితము, చెప్పినది గ్రహించలేకపోవుట తగవులాడుట, జీవితముపై విసిగి- ఆత్మహత్య తలంపు వంటి లక్షణా లను; సవాయి బాధలు- రాత్రులు అధిక మౌతున్నపుడు- మెర్క్యుసోల్ మంచి మందు! ఎఖినేషియా (Echinacea) :- ఇది ప్రత్యేకముగా సుఖ వ్యాధులకు పని చేయకపోయినా.... విషపూరితమైన రక్తాన్ని శుభ్రపరచి, నివారణకు ఆటంకముగా నిలచిన వాటిని తొలగిస్తుంది. పుండ్లు, దురద లను నివారిస్తుంది. దీనిని మదర్ టించర్ రూపములో వాడాలి. ఉదయము 10 బొట్లు, రాత్రికి 10 బొట్లు చొప్పున అరఔన్స్ నీటిలో కలిపి త్రాగిం చాలి. అంతేకాకుండా.... ఇది పైపూతగాకూడా ఉపయోగిస్తుంది. యాసిడ్ నైట్రిక్ (Acid Nitric) :- ఇది కూడా 'మెర్క్యుసోల్' వలెనే పని చేస్తుంది రస ఔషధాలను వాడుట వలన కలిగిన దుర్గుణాలకు విరుగు డుగా పనిచేస్తుంది. జీర్ణించిన సవాయికి ఇది ఉత్తమ ఔషధము. చర్మాన్ని, మాంసాన్ని తినివేసే సవాయికి దీనిని వాడితే.... చక్కని ఫలితాల నిస్తుంది. నోరు, పెదవులు, గజ్జలు, చంకలు, నాసికారంధ్రము, ఆస నము, మూత్రకోశము, జననాంగము వంటి ముఖ్యముగా చర్మము కలిసే చోట కలిగే పగుళ్ళకు-పుండ్లకు- ఇది దివ్యముగా పనిచేస్తుంది. సవాయి పుండ్లు క్యాబేజ్‌లానో లేదా క్యాలిఫ్లవర్ లానో ఉబ్బుగా వుండి, వాటి నుండి దుర్వాసన గల రసి కారుతూ; స్రావాలు- పసుపుపచ్చగా, ఆకు పచ్చగా ఉన్నప్పుడు; ఆ పుండ్లు చన్నీరు తగిలితే మంటగా ఉన్నప్పుడు దీనిని వాడుకోవచ్చు. ఒంటిమీది రాగి రంగు మచ్చలకు, పులిపిరులకు

ఇది ప్రత్యేక ఔషధముగా పనిజేస్తుంది. మూత్రానికి తొందర, మూత్రము పోసేటప్పుడు మంట-చురుకులు; చీము-రక్తము వచ్చుట, మూత్రము-గుఱ్ఱపు మూత్రమువలె వాసన, పురుషులకు- మర్మాంగముమీద ఫండే చర్మము ముందుకో, వెనుకకో లాక్కుపోవుట వంటి వాటికి ఇది బాగా పనిచేస్తుంది. స్త్రీ రోగులకు- యోని శీర్షము (క్లిటోరిస్) దురద, పుండు పడుట, రక్తము కారుట, మంట పుట్టుట వగైరాలకూ ఇది మంచి మందు! ఇంకా.... గొంతులో పుండ్లు, పగుళ్ళు, త్వరగా రొంప చేయుట, తల వెంట్రుకలు రాలిపోవుట, గోళ్ళు చెడుట, పుప్పిగోళ్లు, కంటిమీద పులి పిరులు, జీర్ణించిన సవాయి మూలముగా రక్తహీనత, అజీర్ణము, క్షయ, ఉబ్బసము వగైరాలకూ ఇది చక్కని మందు! దీనిని 200 పవర్‌లో- ఉదయము ఒకడోస్, రాత్రికి ఒక డోస్ చొప్పున వాడాలి. వెయ్యి పవర్‌లో ఐతే.... వారానికి ఒకడోస్ చొప్పున 3 వారాలు మాత్రలు వాడాలి. (రస ఔషధాలకు విరుగుడుగా- 'హెపార్ సల్ఫ్', 'మెర్కుసోల్' 'యాసిడ్ నైట్రిక్' ముఖ్యమైనవని గుర్తుంచుకోవాలి. జకరాండా (Jaca-randa):- ఇది సవాయికి, పుండ్లు త్వరగా మానిపోవుటకు, మంచి మందు! వారసత్వ సవాయికి సరైన మందు!! వారసత్వ సవాయి లక్షణాలు అంతగా కన్పించకపోయినా.... దీనిని వాడినందువలన భయంకర స్థితి తొలగి పోతుంది. దీనివి వ్యాధి తగ్గుముఖము పట్టేవరకు మదర్ టించర్ రూప ములో ఉదయము 10 బొట్లు, రాత్రి 10 బొట్లు చొప్పున వాడితే.... మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి. సిఫిలినమ్ (Syphilinum) :- దీనినే "నోసోడ్" అని కూడా అంటారు. ఇది మామూలుగా సవాయి పుండ్లనే కాక.... జీర్ణించిన సవాయిపుండ్లను కూడా నివారిస్తుంది. సూర్యాస్తమయము నుండి, సూర్యోదయము వరకు కలిగే సవాయి బాధలకు ఇది సరైన మందు! దీర్ఘ శిరోవేదనలకు, ముక్కు ఎముక తినివేయబడుట వలన ముక్కు చతికిలబడినప్పుడు ఇది బాగా పనిచేస్తుంది. ఫిస్టులా, ఫిషర్, వెన్నెముక నొప్పి వగైరాలకూ ఇది మంచి మందు! చూచిన మొహాన్ని,

చిన్న పేర్లనూ మఱచిపోవుట; చేసే పనులపైన అలక్ష్యము, ఆత్మీయులపై నిర్లక్ష్యము చూపేవారికి దీనిని వాడవలసి వుంటుంది. 200 పొటెన్సీలో ఐతే.... రోజుకు రెండుసారులు చొప్పున వారము రోజులు వాడి ఆపాలి. వెయ్యి పొటెన్సీలో ఐతే.... వారానికి ఒక డోస్ చొప్పున మూడు వారాలు వాడితే.... మంచి ఫలితాలు ఉంటాయి. ఆరమ్ మెటాలికమ్ (Arum Metallicum) :- అన్ని దశల సవాయి వ్యాధికి, రస దోషాల విరుగుడుకూ ఇది చక్కగా పనిచేస్తుంది. ప్రత్యేకముగా- ఎముకలు పుచ్చుట వంగుట, మెత్తపడుట వగైరాలకు దివ్య ఔషధము. చూపు పూర్తిగా ఆనక పోవుట, సగము మాత్రమే కనిపించుట (రెండుగా కనిపించుట జరిగితే 'జెల్సియమ్' వాడాలి) వగైరా సవాయి ద్వితీయ, తృతీయ దశలలో- రోగులకు ఇది మంచి మందు! అన్నిటిలో చెడును చూచుట, "నేను దేనికి పనికిరాను" అని అనుకొనుట, ఏడ్చుట, చావాలనుకొనుట మున్నగు మనో భావాలకు గురైన వారికీ ఇది చక్కగా పనిచేస్తుంది. దీనిని 200 పొటెన్సీలో గాని, వెయ్యి పొటెన్సీలోగాని హోమియో వైద్యుల సలహాను అనుసరించి వాడుకోవాలి.

## సుఖ వ్యాధులు వచ్చుటకు గల కారణాలు

### డా॥ హానిమాన్ పరిశోధనా విశ్లేషణ

భారతదేశము ప్రపంచ మానవాళికిచ్చిన అనేక వైజ్ఞానిక శాస్త్రాలలో 'ఆయుర్వేద వైద్యశాస్త్రము' ఆనాడు ఎంతో ప్రాధాన్యతను సంతరించుకున్న దనుటలో అతిశయోక్తి లేదు. ఋగ్వేదములో-67 మందులను గుఱించి, యజుర్వేదములో-81 మందులను గుఱించి, అధర్వణ వేదములో-289 మందులను గుఱించి వ్రాయబడి ఉన్నాయి.

15 వ శతాబ్దములో శ్రీనాథ పండితుడు "పరహిత సంహిత" అనే ఆయుర్వేద గ్రంథము- తెలుగులో వ్రాసాడు. అందులో 'సిఫిలిస్' లక్షణాలు గల వ్యాధిని "ఫిరంగి రోగము" అని ప్రస్తావించాడు. దీనిలోని

'శల్య', 'శాలక' కాండములను- 1972 లో తిరుపతి, శ్రీవేంకటేశ్వర విశ్వవిద్యాలయము వారు ప్రచురించి; తెలుగు ప్రజల కెంతో సేవ చేసారు.

అలాగే.... జర్మనీ దేశస్తుడు- అమెరికాలో స్థిరపడి, 12 సంవత్స రాల పాటు అహోరాత్రులు పరిశోధనలు చేసి, పరిశ్రమించి, పరిశీలనలు జరిపిన 'డాక్టర్ హనిమాన్' - వ్యాధులు సంక్రమించుటకు గల కారణము లను 'హోమియో సిద్ధాంత గ్రంథము'గా ప్రపంచ ప్రజలకు మహోప కారము చేసాడు. మహాతపస్వి అనిపించుకున్నాడు.

"సమస్త శారీరక వ్యాధులకూ- 'సోరా'యే మూల కారణమ"నీ; మానవ జాతియందు ఈ "సోరా" అనే 'మియాజ్మ (Miasm)' ఎన్నడూ ఏర్పడి ఉండకపోతే.... మిగిలిన రెండు దీర్ఘవ్యాధులు (సిఫిలిస్, గనో రియా) ఉండుటగానీ, తరుణవ్యాధులు కలుగుటగానీ అసాధ్యమై ఉండే దనీ తేల్చాడు.

డాక్టర్ హనిమాన్ 'సోరా'ను రెండు దశలుగా విభజించాడు. ప్రథమ దశను "లేటెంట్ సోరా" అనీ, ద్వితీయ దశను "సోరా" అనీ పేర్కొన్నాడు. ఏ వ్యక్తి ఐనా.... ప్రథమ దశలోనే మేలుకొని హోమియో వైద్యాన్ని పొందితే.... సిఫిలిస్, గనోరియా వంటి మహమ్మా రుల నుండి తమను తాము కాపాడుకోవచ్చును.

**సోరా-శారీరక లక్షణములు :**

ఆకలికి ఆగలేకపోవుట, అసలు ఆకలే లేకపోవుట, కండ్ల కలకలు, ముక్కులో పొక్కులు, తఱచుగా గొంతు బొంగురు, తలనొప్పి, వెంట్రు కలు రాలిపోవుట, చుండ్రు, వెంట్రుకలు నెఱయుట, బట్టతల, మల బద్ధకము, విరేచనాలు, స్త్రీలలో అకాల ఋతుక్రమము, అధిక ఋతు స్రావము, ఋతుశూల, రుచుల తేడా, నడిచేటప్పుడు- కీళ్ళు పటపట లాడుట, నిద్రపట్టక పోవుట లేదా కలతనిద్ర, గాయమైతే, త్వరగా మానక పోవుట, పెగ్గడలు, గోరుచుట్లు; స్త్రీలకు- గజ్జలలో, పురుషులకు- వృష ణాలలో గిలక (హెర్నియా) వగైరా వుంటాయి.

సోరా- మనోభావములు :

నిలకడగా ఒకచోట ఉండలేక పోవుట; ఎప్పుడూ ఎందుకో ఒకందుకు బాధపడుట; అతివృష్టి-అనావృష్టిగా- నవ్వుట, ఏడ్చుట, తొందర పడుట, అంతలోనే పశ్చాత్తాపడుట, ఏ పనిమీద మనస్సును లగ్నము చేయలేక పోవుట, ఎంత ఉన్నా ఇంకా సంపాదించాలని తపన పడుట, అతిమూత్రము, శీఘ్రస్ఖలనము. అధిక స్ఖలనము, అధిక సంభోగేచ్ఛ రతి అనంతరము కాళ్ళతీత, నపుంసకత్వము, వృషణాలు చిన్నవి అగుట వంటి శారీరక-మానసిక మిశ్రిత లక్షణాలు ఉంటవి.

స్త్రీ జననేంద్రియము నుండి ద్రవము కారుట, సంభోగవాంఛ లేక పోవుట; స్తనాలు చిక్కిపోవుట, సంతానము ఉండకపోవుట, గర్భము నిలవకపోవుట, మృతశిశు జననము; నిద్రలో-నడచుట, మూత్ర విసర్జన చేయుట, గుటక పెట్టటం, కలవరింతలు మున్నగునవి ఉంటాయి.

## చివరిమాట

ఎంతటి భయంకరమైన సుఖ వ్యాధులకైనా, 'హోమియోవైద్యము'లో దివ్యమైన ఔషధాలు ఉన్నాయి. డాక్టర్ దగ్గర నిజాన్ని దాచగూడదన్న నగ్న సత్యాన్ని గుర్తుంచుకొని, క్వాలిఫైడ్ డాక్టర్‌ను సంప్రదించి, నిస్సంకోచముగా వ్యాధి లక్షణాలను వివరించి, చికిత్స పొందితే.... 'సుఖవ్యాధుల నరకము' నుండి విముక్తిని పొందవచ్చు. "మిగిలిన భాండముగా మారిన దేహము- వైద్యముతో తిరిగి మణిపూస కాగలదు!" నిరాశ, నిస్పృహలను విడనాడి; పరిణతి చెందిన హోమియో వైద్యులను దర్శించండి! హోమియో మీకు 'శ్రీరామ రక్ష'గా నిలుస్తుంది!!

విజ్ఞానులైన సహృదయులు ఎవరైనా.... ఏవైనా మార్పులు చూపితే.... మరొక ముద్రణలో సరిచేయగలనని మనవి చేస్తూ....

— రచయిత

జై హింద్! జై హనిమాన్!! జై భారత్!!!

Cont....4rd Cov